THE LARGEST CIRCULATED TELUGU WEEKLY

స్వాతి

ESTABLISHED 1984

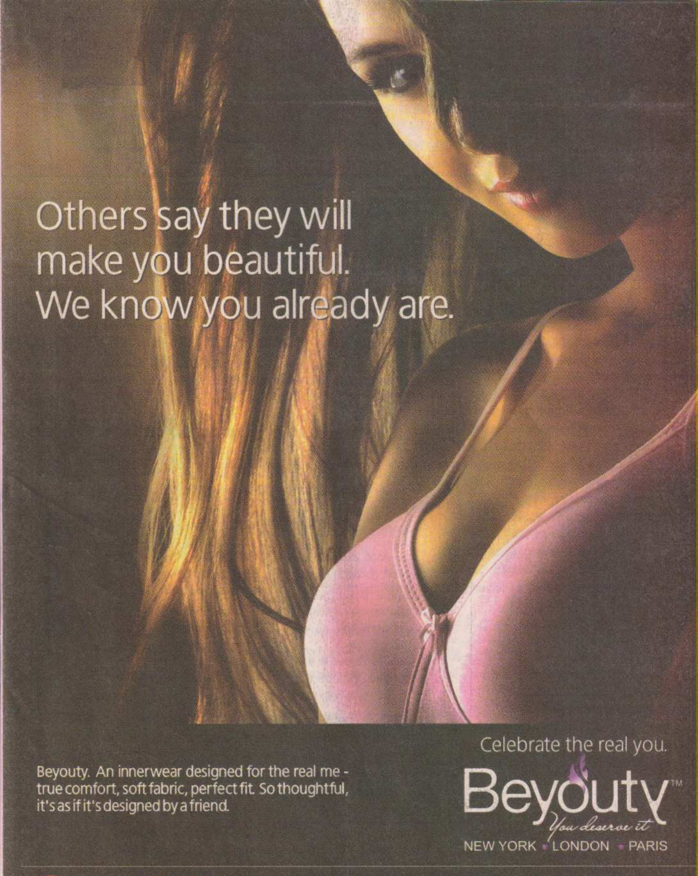
₹20

14.9.2018

సపరివార పత్రిక



మనసు మారాలి


Others say they will
make you beautiful.
We know you already are.



THE LARGEST CIRCULATED TELUGU WEEKLY

స్వాతి

సపరివార పత్రిక

FOUNDER PROPRIETOR EDITOR : VEMURI BALARAM



పాఠక దేవుళ్ళకు నమస్కారం

ఎడిటర్

వేమూరి బలరామ్

ESTABLISHED 1984 | సంపుటి 35 | 14.9.2018 | సంచిక 11

అనిల్ బిల్డింగ్స్ సూర్యారావుపేట పోస్ట్ బాక్స్ 339 విజయవాడ 520 002

Life is a beautiful garden of which love is its fragrance

'నీది' నీది కాదు

నీవు అభివృద్ధి పొందాలంటే, స్వార్థాన్ని వదిలేయాలి. నిత్యత్యాగివి కావాలి. స్వతంత్రుడవై పనిచెయ్యి.

దీనత్వాన్ని ఆశను పారద్రోలు.

నీ శ్వాసకోశాలలో వున్న గాలి అందరిదీ కాదా? అదికాక నీ శ్వాసకోశాలలో వున్న కొద్దిగాలిని మాత్రమే నీ స్వంత మనుకోకపోతే వాతావరణమంతా నీదే కదా?నీ ఆస్తి ఇప్పుడు అనంతమవడంలేదా? ఈ విశ్వమంతా పూరింప బడిన ప్రాణవాయువును ఆనందంగా ఆస్వాదించు.

అహంభావాన్ని, గర్వాన్ని వదిలిపెట్టు. నీవు ఏ వస్తు వునూ నీదని ఎప్పుడూ అనుకోవద్దు. అది భగవంతునిది. ఐజక్ న్యూటన్ ప్రపంచదృష్టిలో గొప్పవాడెట్లయ్యాడు. కీర్తిశాలి ఏ విధంగా అయ్యాడు?!

ప్రపంచంలో ఉత్కృష్ట పురుషుడివి నీవేనని శ్లాఘిస్తే, అతడు ఈ విధంగా సమాధానమిచ్చాడు.

"అలా అనవద్దు. ఈ నా బుద్ధి, అఖండమైన, అపార మైన జ్ఞానసముద్రతీరాన చిల్లపెంకులేరే చిన్నపిల్లవాని బుద్ధితో సమానం" అన్నాడట. ఆ పండితుడింకా 'సముద్ర తీరాన చిల్లపెంకులేరే చిన్నపిల్లవాడేనట'

స్వార్థాభివృద్ధికి ఆశింపక, నేను చేస్తున్నాననే అహం కారం లేకుండా, అవ్యక్తంగా పనిచేసేతత్త్వమే నీకు అపార శక్తిసామర్థ్యాలను, కార్యధురీణతను ప్రసాదిస్తున్నది. ఇదే వేదాంతతత్వం. నీకు అనేక వాంఛలుండవచ్చు. అవన్నీ సఫలం కావాలనే నీకుంటుంది.

కాని, ఈ కోరికలేవిధంగా సిద్ధిస్తాయో నీవు గుర్తించాలి. వాంఛారహితుడవైనప్పుడే ఇవి సిద్ధిస్తాయి. నీవెంత కాలం కోరుకుంటావో, వాంఛిస్తావో, కోరికలను పట్టుకుంటావో, అంతకాలం కోరికలు ఫలించవు. నీవు వాంఛలను విడిచి పెట్టినప్పుడే వాంఛలు సిద్ధిస్తాయి.

స్వామి రామతీర్థ

సీరియల్స్

కథలు



ముఖచిత్రం అదాశర్మ
Courtesy : THE LIFESTYLE JOURNALIST

స్పెషల్ ఫీచర్స్

శీర్షికలు

చందాను www.swatipublications.com వెబ్‌సైట్ ద్వారా చెల్లించవచ్చు
E-mail: advtswati@gmail.com swativja@eth.net

విడిప్రతి ₹20 12 నెలలకు ₹1076
విదేశాలకు సంవత్సరచందా (ఎయిర్ మెయిల్) ₹6666 (100 డాలర్లు)

Editor: VEMURI BALARAM Swati Publications Anil Buildings Suryaraopet Vijayawada 520 002 Printed and Published by the owner VEMURI BALARAM
Printed at Anil Swati Press Autonagar Vijayawada Cover at Kala Jyothi Process Pvt.Ltd., Hyderabad
Tel.: (0866) 243 1862 243 4017 Advt. 243 1233 Mktg. 243 3938 Fax: 0866-243 0433

అత్యధిక సర్క్యులేషన్‌గల ఏకైక తెలుగు వారపత్రిక



31.8.2018

'డాక్టర్ నో ఫీజ్', 'ది ఓత్' కథలు ఆసక్తికరంగా ఉన్నాయి.

'ఆవేశం-కవితావేశం' కామెడీ కథ చాలా బాగుంది.

'Whats App', 'ఈ శీర్షిక మీదే', 'చిలిపి' హాస్యభరితంగా ఉన్నాయి.

బి.రాజారావు విజయనగరం

చారుమతి పేరులో చారు అంటే అందరినీ ఆకర్షించగల, 'మతి' అంటే బుద్ధి కలిగినది అని వ్రత కథలో ఉండే అర్థాన్ని 'వరలక్ష్మీ వ్రతం' ఫీచర్‌లో మైలవరపు శ్రీనివాసరావుగారి విశ్లేషణలో తెలుసుకున్నాం.

'అమ్మకు లేవు హద్దులు' వ్యాసంలో ప్రతి తల్లీ పాటించవలసిన విషయాలను చర్చించారు. బాగుంది.

'మన్మథ ఎక్స్‌ప్రెస్' కథ బాగుంది. 'ఒక చిన్నమాట' శీర్షిక బాగుంది.

జి.వి.మురళీమోహన్ ముచ్చుమిల్లి

'ఉచ్చు' సీరియల్ ఇంట్రెస్టింగ్‌గా ఉంటోంది. స్పెషల్ ఫీచర్ 'వరలక్ష్మీ వ్రతం' బాగుంది. 'ది ఓత్' కథ చివరి వరకూ ఆసక్తికరంగా సాగింది.

'Whats App' శీర్షిక బాగుంది. 'నేనెవరో తెలుసా!', 'చివరిరోజుల్లో...' శీర్షికలు బాగుంటున్నాయి.

ఎస్.కె.యాకుబ్‌పాషా ఖమ్మం

సంపాదకీయంలో చదివి భగవద్గీత పాలలాంటిది.అందరికీ వర్తిస్తుంది అనే సత్యం తెలుసుకున్నాం.

వరము, పండుగ వేరు వేరు అని వరలక్ష్మీ వ్రతానికి సంబంధించిన వ్యాసం చదవడంవలన తెలిసింది.

'ఆవేశం-కవితావేశం' కామెడీ కథ చదివాక పరాంకుశంలా చేయని నేరానికి శిక్ష అనుభవించిన వారెందరో గుర్తుకువచ్చారు.

పి.నరసయ్య హైదరాబాద్

భగవద్గీత అందరికీ అన్వయిస్తుందన్న స్వామి శారదాప్రియానందుల వారి సుభాషితం ఎన్నదగినది.

సాఫల్యం ధనం అయితే ఆనందం దాన్ని ఖర్చు పెట్టకుండా భావించవచ్చన్న 'ఒక చిన్నమాట' బహుబాగు.

'నానితో నిత్య', 'ఉచ్చు' సీరియల్స్ మనోరంజకంగా ఉన్నాయి.

పూర్ణారావు కాకినాడ

వచ్చేవారం స్పెషల్

వినాయక చవితి

ఎవరు శ్రేష్ఠులో, సవివరంగా విశదపరిచిన స్వామి శారదాప్రియానంద ఉపదేశం ఉదాత్తంగా ఉంది.

'సత్యాన్వేషణ' అందరికీ శిరోధార్యంగా ఉంది.అలాగే 'అనిల్' పేజీ ఉపయోగకరంగా ఉంటోంది.

'డాక్టర్ నో ఫీజ్' కథ బావుంది.

'చివరిరోజుల్లో....' రాణీ దుర్గావతీదేవి మొఘలాయీలకు చిక్కకూడదనీ తనకి తాను పొడుచుకుని వీర మరణం పొందడం అబ్బురం కలిగించింది.

'అంతా రాజకీయమే' శీర్షిక చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది.

ఎస్.ఎస్.చంద్రబోస్ విశాఖపట్నం

ఇది మంచి సమయం



6.9.2018 నుండి 9.9.2018 వరకు శ్రీ విలంబి నామ సంవత్సరం, దక్షిణాయనం, వర్షఋతువు, శ్రావణమాసం, కృష్ణపక్షం. 10.9.2018 నుండి భాద్రపదమాసం, శుక్లపక్షం.

6.9.2018 గురువారం

తిథి: ఏకాదశి మ. 12.15 వరకు
నక్షత్రం: పునర్వసు మ. 3.14 వరకు
వర్జ్యం: రా. 10.28-11.55 వరకు
దుర్ముహూర్తం: ప. 9.58-10.47 వరకు. మ. 2.54-3.43 వరకు
రాహుకాలం: మ. 1.33-3.05 వరకు
మంచి సమయం: ప. 11.00 నుండి 12.10 వరకు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.11కి

7.9.2018 శుక్రవారం

తిథి: ద్వాదశి ప. 9.13 వరకు
నక్షత్రం: పుష్యమి మ.12.56 వరకు
వర్జ్యం: రా. 12.25-1.51 వరకు
దుర్ముహూర్తం: ప.8.19 నుండి 9.08 వరకు. మ. 12.25-1.14 వరకు
రాహుకాలం: ప. 10.29-12.01 వరకు
మంచి సమయం: ఉ. 7.10 నుండి 8.10 వరకు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.10కి

8.9.2018 శనివారం

తిథి: త్రయోదశి ఉ. 5.59 వరకు. చతుర్దశి రా. 2.42 వరకు
నక్షత్రం: ఆశ్లేష ప. 10.29 వరకు
వర్జ్యం: రా. 9.15-10.41 వరకు
దుర్ముహూర్తం: ఉ.5.50-7.29 వరకు
రాహుకాలం: ప. 8.58-10.30 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.09కి

9.9.2018 ఆదివారం

తిథి: అమావాస్య రా. 11.32 వరకు
నక్షత్రం: మఘ ప. 8.01 వరకు. పూర్వ ఫల్గుని తె. 5.41 వరకు
వర్జ్యం: మ. 3.14-4.42 వరకు
దుర్ముహూర్తం: సా.4.36-5.26 వరకు
రాహుకాలం: సా. 4.41-6.13 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.08కి

10.9.2018 సోమవారం

తిథి: భాద్రపద శుద్ధ పాడ్యమి రా.8.36 వరకు
నక్షత్రం: ఉత్తరఫల్గుని రా. 3.39 వరకు
వర్జ్యం: మ. 12.16 నుండి 1.44 వరకు
దుర్ముహూర్తం: మ. 12.27-1.17 వరకు. రా. 10.52-11.41 వరకు
రాహుకాలం: ఉ. 7.25-8.58 వరకు
మంచి సమయం: రా. 9.05 నుండి 10.30 వరకు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.07కి

11.9.2018 మంగళవారం

తిథి: విదియ సా. 6.05 వరకు
నక్షత్రం: హస్త రా. 2.05 వరకు
వర్జ్యం : ప. 11.30-1.00 వరకు
దుర్ముహూర్తం: ప. 8.19-9.08 వరకు రా. 10.52-11.41 వరకు
రాహుకాలం: మ. 3.06 నుండి 4.38 వరకు
మంచి సమయం: లేదు
సూర్యోదయం: 5.51కి
సూర్యాస్తమయం: 6.07కి

12.9.2018 బుధవారం

తిథి : తదియ సా. 4.08 వరకు
నక్షత్రం: చిత్త రా. 1.07 వరకు
వర్జ్యం: ప. 9.46-11.18 వరకు
దుర్ముహూర్తం: ప. 11.37 నుండి 12.26 వరకు
రాహుకాలం: మ. 12.02 నుండి 1.34 వరకు
మంచి సమయం: ఉ. 6.30 నుండి 8.15 వరకు
సూర్యోదయం: 5.52కి
సూర్యాస్తమయం: 6.07కి

* రాబోయే ఆపద ముందే మీకు తొలగిపోతుంది.



పులిలా మాటువేసి, పిల్లిలా అడుగులేస్తూ, పాములా పడగవిసిరి, టార్గెట్‌ను గద్దలా తన్నుకుపోయే చాకచక్యం కలిగిన పత్తేదార్ల గూఢచర్యం జాతీయంగా, అంతర్జాతీయంగా ప్రసిద్ధం. వారి నేర పరిశోధన రోమాంచితం. వారి సాహసం అనితరసాధ్యం. నేటి ప్రపంచం నేరచరితం. మోసపూరితం. మాఫియామయం. ఆ దుర్మార్గాన్ని వెలికితీసే ప్రయత్నంలో జరిగే ఇన్వెస్టిగేషన్ వెరీ ఇంట్రెస్టింగ్.

అపరాధ పరిశోధన సీరియల్స్ పోటీ

ఇది అక్షర లక్షల పోటీ

16 వారాల అపరాధ పరిశోధన సీరియల్స్

ఎన్నికైన ప్రతి అపరాధ పరిశోధన సీరియల్‌కు ₹1,00,000

ఈ డిటెక్టివ్ సాహిత్యంమీద వేలాదిమంది రచనలుచేసి, లక్షలాది పుస్తకాలను రాసి, కోట్లాది రూపాయల అమ్మకాలతో ప్రపంచమంతా విస్తరింపజేసి గొప్ప బుక్ మార్కెట్‌ను సృష్టించగలిగారన్నది అన్ని భాషా సాహిత్యాలలో జగద్విదితం. అంతటి రీడబిలిటీ కలిగిన అపరాధ పరిశోధన సీరియల్స్ పోటీలో పాల్గొని విజేతలైతే అగ్రశ్రేణికి చెందిన రచయిత(త్రు)లు కావడం ఖాయం. వెంటనే రాసి ఈ పోటీకి మీ సీరియల్‌ని పంపండి.

మీ స్క్రిప్ట్‌లో పేజీకి సుమారుగా 200 పదాలు ఉండేటట్లు 160 పేజీలు రాయాలి. ఒక పేజీలో మీరు రాసే పదాల సంఖ్యనుబట్టి మీ స్క్రిప్ట్‌లో పేజీలు ఎక్కువ తక్కువలు రావచ్చు. అందుకు అభ్యంతరం లేదు.

ఎంపికైన ప్రతి సీరియల్‌కూ అక్షరాలా

ఒక లక్ష రూపాయలు

బహుమతిని అందిస్తాం.

నిబంధనలు

1. మీ రచన 16 వారాలకు సరిపడా 160 పేజీలు వుండాలి.
2. రచయిత(త్రి) పేరు, చిరునామా విడిగా రాతప్రతితో జతపరచాలి. రచన పేరుమాత్రమే నవలపైన ఉండాలి.
3. అముద్రితమనీ, దేనికీ అనువాదంగానీ, అనుకరణగానీ కాదని స్వదస్తూరితో రాసిన హామీపత్రాన్ని విధిగా జతచేయాలి.
4. స్క్రిప్ట్‌లో మార్పులు, చేర్పులు, ఎడిట్ చేసుకునే విషయంలో ఎడిటర్‌కు హక్కు ఉంది.
5. సీరియల్స్ ఎంపికలో స్వాతి సంపాదకునిదే తుది నిర్ణయం. ఈ విషయంలో ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలకు తావు లేదు.
6. ఈ పదహారు వారాల సీరియల్స్ పోటీ గడువు తేదీని పొడిగించేందుకుగానీ, పోటీని రద్దు చేసేందుకుగానీ స్వాతి పబ్లికేషన్స్ యాజమాన్యానికి సర్వహక్కులూ ఉన్నాయి.
7. ప్రచురణకు స్వీకరింపని సీరియల్‌ని తిప్పి పంపగోరువారు తగినన్ని స్టాంపులు అతికించిన కవరు జతపరచాలి.
8. మీ సీరియల్ పంపే కవరుమీద '16 వారాల సీరియల్స్ పోటీ'కి అని రాయాలి.

సీరియల్స్ పంపవలసిన చిరునామా: ఎడిటర్ స్వాతి సపరివార పత్రిక అనిల్ బిల్డింగ్స్ సూర్యారావుపేట పోస్ట్‌బాక్స్ 339 విజయవాడ 520 002

సీరియల్స్ మాకు చేరవలసిన ఆఖరు తేదీ : 15.11.2018

రెండు రాష్ట్రాల తొలి ఎన్నికలు

తెలుగురాష్ట్రాలు రెండింటిలో ఎన్నికల వాతావరణం వచ్చేసింది. ఎన్నికలు జరగటానికి ఆరునెలల కాలం వున్నప్పటికీ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ముందస్తు ఎన్నికల మాట ఊపందుకుంది.

ఇటీవలికాలంలో తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కె.సి.ఆర్. చేసిన ఢిల్లీ పర్యటన, కేంద్ర హోమ్‌శాఖామంత్రి రాజ్‌నాథ్‌సింగ్, ప్రధాని నరేంద్రమోడీతో జరిపిన మంతనాలు ముందస్తు ఆలోచనను బలపరుస్తున్నాయి. ఎన్నికల నిర్ణయంలో కీలకమైన ఎన్నికల సంఘాన్ని కూడా టి.ఆర్.ఎస్. నేతలు కలిశారు.

కాబట్టి ముందస్తు ఎన్నికల అంశంలో ఆ పార్టీ చాలా సీరియస్‌గా వుందన్న సంకేతాలు వచ్చాయి. సాంకేతికపరమైన ఇబ్బందులు అధిగమిస్తే తప్పించి ముందస్తుకు వెళ్ళే అవకాశం లేదన్నది నిపుణుల అభిప్రాయం. అయినా ఆ విషయం మీద స్పష్టత ఈపాటికి వచ్చేస్తుంది.

కె.సి.ఆర్. ముందస్తు హడావుడికి భిన్నంగా ఆంధ్ర ప్రదేశ్‌లో చంద్రబాబునాయుడు ఎన్నికల విషయంలో ఎటువంటి తొందరనూ చూపించటంలేదు.

కాని ఎన్నికలకు పార్టీ యంత్రాంగాన్ని భారీ స్థాయిలో సిద్ధంచేస్తున్నారు.

తెలుగుదేశం పార్టీ తరఫున పెడుతున్న సభలు, ఆ సభలకు జనాన్ని సమీకరిస్తున్న తీరు, అందులో తాను స్వయంగా చేస్తున్న ప్రసంగాలు వగైరాలన్నీ తన పాలనలోని లోపాలను చక్కదిద్దుకుని, పార్టీ యంత్రాంగాన్ని సమాయత్తం చేసుకుంటే తప్పించి గెలవటం సాధ్యం కాదేమో నన్న సంకేతం వుంటున్నది. 2014లో తెలుగుజాతిని రెండుగా చీల్చి, రెండు



'అచ్ఛేదిన్' కాంగ్రెస్ పార్టీకోసం ఎదురుచూస్తున్నాయి. మోడీ మాటలను జనం ఇంకెంతమాత్రం వినదలచుకోవటంలేదు. -ఖుష్బూ, నటి, కాంగ్రెస్ నేత

రాష్ట్రాలు ఏర్పాటుచేసినపుడు ప్రజలు ఆ యా నాయకులమీద పెట్టుకున్న ఆశలు నెరవేర్చారా! తిరిగి అధికారం ఆ నాయకులకే కట్టబెట్టక తప్పదని ప్రజలు అనుకుంటున్నారా! అనేవి ప్రశ్నలు.

విభజన జరిగిన నాలుగున్నర ఏళ్ళ తర్వాతకూడా విభజన అంశాలే రాజకీయ, ఎన్నికల ప్రచార అంశాలు అనబోతున్నాయన్న సందేహం వుంది.

ప్రస్తుతం నెలకొనివున్న పరిస్థితుల్లో,తాము సాధించిన ప్రగతి అంశాలమీదకన్నా, తాము నెరవేర్చలేకపోయిన అంశాలకు సమాధానం చెప్పాల్సిన పరిస్థితి ఇద్దరు ముఖ్యమంత్రులూ ఎదుర్కొంటున్నారు.

ఆ ప్రశ్నలకు సూటిగా సమాధానం చెప్పలేక పరోక్షమార్గంలో ప్రత్యర్థి పార్టీలను బాధ్యులుగా చూపించే ప్రయత్నం ఒక రాష్ట్రంలో జరుగుతుంటే, మరోచోట ప్రత్యర్థులు ఏకమయ్యే అవకాశం ఇవ్వకుండా హడావుడిగా ప్రజలలోకి ముందే వెళ్ళిపోవాలనే ప్రయత్నం జరుగుతున్నది.

తెలుగుభాషాజాతిని రెండుగా చీల్చినాల్గున్నర సంవత్సరాలయింది.

రెండు జాతీయపార్టీలు ఏకాభిప్రాయానికి వచ్చిన తర్వాత తెలంగాణ ఏర్పాటుకు ఉన్న అడ్డంకులు తొలగిపోయాయి.

ఆ సమయంలో రాష్ట్రవిభజన కాంగ్రెస్‌కి రాజకీయ అవసరం.విభజన పాపం కాంగ్రెస్ పార్టీమీద పడి మనం రక్షింపబడతామన్న స్వార్థచింతన బి.జె.పి.ది.

అందుకే ఒక ప్రాంతం విభజనవల్ల భారీగా నష్టపోతుందని తెలిసినా ఆ నష్టం భర్తీచేసే ఆలోచన కాంగ్రెస్ చెయ్యలేదు. ఆ విషయం ఎత్తిచూపిన బిజెపి ఆ తర్వాత అధికారంలోకి వచ్చినా ఆంధ్రులు ఆశించినమేరకు అండగా నిలవలేదు. ఇక ప్రాంతీయపార్టీలు తమ అధికారంకోసం,సమయానుకూలంగా జాతీయ పార్టీలతో అంటకాగుతున్నాయి.

ఇప్పుడు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో అధికార తెలుగుదేశం పార్టీ కాంగ్రెస్‌తో ఎన్నికల ఒప్పందానికి ఉత్సాహపడుతుంటే, తెలంగాణలో అధికార టి.ఆర్.ఎస్. ఢిల్లీ బి.జె.పి. అధినాయకత్వంతో మంతనాలు పెంచింది. అనధికారిక ఎన్.డి.ఎ. సభ్యులు టి.ఆర్.ఎస్.వారు. యు.పి.ఎ.కి అనధికార మద్దతుదారులు టి.డి.పి. ఇది ఆ యా పార్టీల నాయకులు అధికారికంగా అంగీకరించకపోయినా ప్రజలు గుర్తించిన వాస్తవం.

ఈ నేపథ్యంలో 2014 నాటి, అంతకుముందు ఉద్యమ సమయ అంశాలు తప్పకుండా ఎన్నికల అంశాలు అయితీరతాయి. ఆంధ్రప్రదేశ్‌కి ప్రత్యేక హోదా అంశం 2019 ఎన్నికల్లో కీలకం అవ్వాలన్నది అక్కడి పార్టీల ఆశ.

హైకోర్టు విభజన, విభజన చట్టం ద్వారా తమకు అందాల్సిన ఇతర అంశాలు ప్రజలలోకి తీసుకువెళ్ళాలని టి.ఆర్.ఎస్. భావిస్తున్నది. కాలంతో గాయాలు మానతాయన్నది సాధారణంగా చెప్పే విషయం.కాని ఆంధ్ర, తెలంగాణ విషయంలో ఉద్యమకాలంనాటి గాయాలు పూర్తిగా మానటం జరగలేదు.

ఆనాడు చేసిన అసందర్భ ఆరోపణలు, వాడిన నీచమైన పదాలు, పనికట్టుకుని చేసిన అవమానాలు, అక్కడక్కడ జరిగిన భౌతికదాడులు నేటికీ మానని గాయాలే. పైగా విభజన సమయంలో చెప్పిన 'భౌతికంగా విడిపోదాం, మానసికంగా కలిసి వుందాం, అన్నదమ్ముల్లా విడిపోదాం' అని ఉద్యమ నేతలు చెప్పినవన్నీ పైపై మాటలే. ఇప్పటికీ పొరుగు రాష్ట్రానికి ఇబ్బందులు కలిగించే వైఖరే.

పాలనాపరంగా పరిష్కరించుకోవాల్సినవి, రాజకీయపెద్దలు కూర్చుని చర్చించి చక్కదిద్దాల్సిన అంశాలకు అమాయకఉద్యోగులను బలిచేయటం చూశాం. ఆఫీసుల్లోకి రానివ్వకుండా అడ్డుకోవడం, జీతాలు ఇవ్వకుండా అడ్డుపడటం.

ప్రతి చిన్న అంశానికీ పరిష్కారం కోసం కోర్టుకు వెళ్ళాల్సిన పరిస్థితిని సృష్టించటాన్ని ఎలా అర్థంచేసుకోవాలి. తిరిగి విభజనఅంశాలనే ప్రచారఅస్త్రాలుగా తీసుకోవాలనుకుంటున్నారనే కదా!

నాలుగేళ్ళు పైబడి అధికారంలో వున్నతర్వాత ఘర్షణ అంశాలను వదిలి, అధికారపార్టీగా తాము చేసిన పాలన, అమలుచేసిన సంక్షేమ పథకాలు,

సాధించిన అభివృద్ధి వంటివాటిని ప్రజల ముందుంచి తీర్పు కోరాలి. తమను తిరిగి అధికారంలో ఎందుకు కొనసాగించాలో వివరించాలి.

అలా ఓటు అడగటం సహజ ప్రజాస్వామ్య ప్రచార విధానం. అదేవిధంగా ఆ నాలుగున్నర ఏళ్ళ పాలనలోని వైఫల్యాలను ఎండగట్టి, తమ వద్దవున్న ప్రత్యామ్నాయ పథకాలను ఓటర్లకు వివరించాల్సిన బాధ్యత ప్రతిపక్షాలది. రెండు రాష్ట్రాలలో అధికార, ప్రతిపక్ష పార్టీలు తమతమ బాధ్యతల్లో విఫలమయ్యాయి.

2014 ఎన్నికల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో టి.డి.పి.ని, తెలంగాణలో టి.ఆర్.ఎస్.ని గెలిపించారు.

నాడు ఆ యా పార్టీల ఎన్నికల ప్రణాళికలను చూసి ఓట్లు వెయ్యలేదు. నాడున్న భావోద్వేగ అంశాలకు స్పందించే ఓటు వేశారు.

ప్రతి ఎన్నికల ముందు అన్ని పార్టీలూ అరచేతిలో వైకుంఠం చూపిస్తాయి తమ మేనిఫెస్టో ద్వారా.

పలుమార్లు ఆ యా పార్టీల స్వర్గపుఅంచులవరకు వెళ్ళివచ్చిన అనుభవం ఓటర్లది.

అందుకే 2014 నాడు ఓటర్ల స్పందన విభజన నేపథ్యానికి, తెలంగాణ ఆవిర్భావానికి అనుగుణంగా వుంది. విభజనతో భారీగా నష్టపోయిన ఆంధ్రప్రదేశ్ ఓటర్లు ఆ రోజు నిరాశా, నిస్పృహల్లో వున్నారు.

తమకు అన్యాయంచేసిన పార్టీగా కాంగ్రెస్‌ని ఓటర్లు భావించారు. ఆ ప్రజావ్యతిరేకతను తనకు అనుకూలంగా మలచుకోవటంలో తెలుగుదేశం విజయం సాధించింది.

చంద్రబాబునాయుడు ఢిల్లీ వెళ్ళి బిజెపితో పొత్తు కుదుర్చుకోవడం, పవన్‌కళ్యాణ్ ఇంటికి వెళ్ళి మద్దతు కోరటం ద్వారా బలమైన ఓటుబ్యాంక్ తయారుచేసుకున్నాడు.అదేసమయంలో తనకున్న సుదీర్ఘపాలనాపరమైన అనుభవంతో ప్రజలకు మేలుచేస్తానన్న భరోసా ఇచ్చాడు. ఫలితంగా ఓటర్లు చంద్రబాబు నాయుడికి పట్టం కట్టారు.

తెలంగాణలో పరిస్థితి పూర్తిగా భిన్నం.ఆ ప్రాంత ప్రజల చిరకాలవాంఛను తీర్చిన పార్టీగా టి.ఆర్.ఎస్.ని, ఆ పార్టీని ముందుండి దశాబ్దకాలం నడిపించిన నేతగా కె.సి.ఆర్.వైపు సహజంగానే ఆకర్షితమయ్యారు తెలంగాణ ప్రజలు.

ఒంటరి పోరాటం చెయ్యగలనన్న ధీమాతో టి.ఆర్.ఎస్. ఎవరితో పొత్తుకు వెళ్ళలేదు.

గతంలో చేసిన దళితుడినే ముఖ్యమంత్రిని చేస్తానన్న వాగ్దానం ప్రచారంలో ప్రస్తావించకపోయినా కె.సి.ఆర్.ని ఎవరూ ప్రశ్నించలేదు.

అయితే రెండు రాష్ట్రాలలో ఫలితాలు ఏకపక్షంగా రాని విషయం గమనించాలి. రాష్ట్రాన్ని సాధించామని ఘనంగా చెప్పుకున్న టి.ఆర్.ఎస్.కి ఇచ్చింది అరవై మూడు సీట్లే. అంటే కేవలం అవసరమైన మెజారిటీ కన్నా అదనంగా వచ్చింది మూడు సీట్లే.

తెలంగాణ రాకుండా అడ్డుపడుతున్న ఆంధ్రోళ్ళ పార్టీ అని ఎద్దేవా చేసిన తెలుగుదేశానికి 15 సీట్లు, ఆ పార్టీ మద్దతుతో పోటీ చేసిన బిజెపికి 5 సీట్లు వచ్చాయి. కాంగ్రెస్ 21 సీట్లు గెలుచుకుంది. కాబట్టి ఆ విజయం టి.ఆర్.ఎస్.కి ఏకపక్షం అనలేం.

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కూడా తెలుగుదేశం పార్టీకి, ప్రధాన ప్రతిపక్షమైన వైకాపాకి మధ్య గెలిచిన సీట్ల విషయంలో బాగా వున్నప్పటికీ ఓట్ల తేడా బహు స్వల్పం. అది కూడా జనసేన, బిజెపీ పార్టీలు కలిస్తేనే ఆ మాత్రం విజయం దక్కింది.

కాబట్టి అదొక గొప్ప విజయం కాదు.

ప్రజలు 2014లో ఇచ్చిన ఆ తీర్పుకన్నా మెరుగైన ఫలితాలు 2019లో సాధించేందుకు పాలనాపరంగా ప్రయత్నం చేయాల్సిందిపోయి రెండు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు రాజకీయ ఎత్తుగడల మీదే ఎక్కువ దృష్టిపెట్టారు. తమ ప్రత్యర్థులను అనైతిక విధానాలతో దెబ్బతియ్యాలని వారు చేసిన ప్రయత్నం హర్షించలేనిది. ఇద్దరు ముఖ్యమంత్రులు పార్టీ ఫిరాయింపులను ప్రోత్సహించారు.

> ⇨ ఇద్దరి సి.ఎమ్.ల తీరు ఒకలాంటిదే
> ⇨ హామీలు అనేకం. తీర్చినవి స్వల్పం
> ⇨ తెలంగాణలో ముందస్తు ఆలోచన
> ⇨ ఆంధ్రాలో ఆచితూచి ఎన్నికలవైపుకు

తమ అధికారంతో ఆ ఫిరాయింపులమీద తగిన చర్యలు లేకుండా రక్షించారు. ప్రజాకర్షక పథకాల పేరుతో విచ్చలవిడిగా ప్రజాధనం ఓటర్లకు పంపిణీ చేసిన ఘనత చంద్రబాబు, కె.సి.ఆర్.లది.

వారి పథకం వీరు, వీరి పథకం వారు పేర్లుమాత్రం మార్చి ఓటర్లకు నేరుగా నగదు, ఆహారం,ఇళ్ళు ఇచ్చి తమకు ఓటువెయ్యమని వేడుకుంటున్నారు.

నిజానికి ఓటర్లు వారినుండి ఆశించినది ఇది కాదు. అవినీతిరహిత, సమర్థవంతపాలన, పారదర్శక పరిపాలన, ఆశ్రితపక్షపాతం లేని నిర్ణయాలు.

కాని అందుకు భిన్నంగా ఇద్దరు ముఖ్యమంత్రులు ఒక వర్గానికి, తమ కుటుంబాలకు పదవులను కట్టబెట్టారు.రెండు పార్టీలలో వారివారి వారసులను స్థిరపరచటానికే ఈనాలుగేళ్ళలో ప్రాధాన్యతనిచ్చారు.

ఒక్కసారి వారి వారి 2014 నాటి ఎన్నికల ప్రణాళికలను తీసి సమీక్షించుకుంటే 2019లో గెలుపు కోసం తామెంత కష్టపడాల్సివస్తున్నదో,

అభద్రతా భావంతో కొత్త రాజకీయ ఎత్తుగడలు వెయ్యాల్సివస్తున్నదో అర్థమవుతుంది. అటువంటి సమీక్ష వారు చేసుకుంటారని ఆశించలేం.

రెండుచోట్ల అధికారపార్టీలు ఒకలాంటి వాగ్దానాలే చేశాయి. టి.ఆర్.ఎస్. ముస్లిమ్‌ల రిజర్వేషన్లు అంటే, టి.డి.పి. కాపులకు రిజర్వేషన్లు కల్పిస్తామంది.

దళితులకు భూములు పంచటం,ప్రతిఒక్కరికీ టు బెడ్‌రూమ్ ఇళ్ళు, కోట్లాది ఉద్యోగాలు, ఇంటింటికి నీటి కుళాయి వంటి భారీ వాగ్దానాలు చేసింది టి.ఆర్.ఎస్. వాటిని అమలుచేశామని గుండెమీద చెయ్యివేసుకుని చెప్పే పరిస్థితి లేదు.

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో తెలుగుదేశం పార్టీదీ అటువంటి భారీ వాగ్దానాలే. ఇళ్ళనిర్మాణం, భారీ పారిశ్రామికీకరణ, లక్షల సంఖ్యలో ఉద్యోగాలు,కళ్ళు చెదిరే రాజధాని నిర్మాణం వంటివి చాలా వాగ్దానాలు చేశారు. వాటివల్ల ఏమేరకు లాభం చేకూరిందో ఓటర్లకు బాగా తెలుసు.

రెండు రాష్ట్రాలలోనూ చివరికి నీటి ప్రాజెక్టుల మీదనే ఆశలు పెట్టుకున్నాయి అధికార పార్టీలు. మిషన్ కాకతీయమీద టి.ఆర్.ఎస్.పోలవరం ప్రాజెక్టు మీద టి.డి.పి. గంపెడంత ఆశలో ఉన్నాయి. వాటివల్ల వాస్తవ లబ్ధి ఓటర్లకు అందిందా! లేక అధికారపార్టీలకు ప్రచారలబ్ధిని చేకూర్చాయా! అనేది ఓటు వేసేముందు ఓటరు మదిలో మెదిలితీరుతుంది.

వాగ్దానం చేసినవి తీర్చలేక అవి మరచిపోయేలా చేసేందుకు రెండు రాష్ట్రాలలో అన్నపూర్ణ,అన్న క్యాంటీన్‌లు,నిరుద్యోగభృతి,ఉద్యోగాల ప్రకటనలతో ఆకట్టుకోవడం వంటివి చేస్తున్నారు. అధికారపార్టీ బంధువర్గానికి, ఆశ్రితపక్షాలకు మాత్రమే ఈ నాలుగేళ్ళలో భారీలబ్ధి చేకూరింది.

ప్రతిపక్షాల బలహీనతలను తమకు అనుకూలంగా మలచుకోగలిగిన నేర్పువున్న నాయకత్వం రెండు రాష్ట్రాలకు వుంది. ఓటింగ్ సమయాన మొగ్గు అధికారపక్షానికి తిప్పగలిగిన యంత్రాంగంవుంది. ఆ ఎత్తుగడలు ఇప్పుడిప్పుడే విచ్చుకుంటున్నాయి.

తమ బద్ధశత్రువైన కాంగ్రెస్‌తో టి.డి.పి.చేతులు కలపటం తెలంగాణలో ఖాయమైంది.

మోడీని, అమిత్‌షాని నియంతలని, ఫాసిస్టులని పిలిచిన కె.సి.ఆర్. వారి చెంతకే చేరుతున్నాడు.

ఆంధ్రాలో కూడా కాంగ్రెస్ మద్దతుకోసం టి.డి.పి. ఎదురుచూస్తున్నది. నిన్నటివరకు అంటకాగిన బిజెపిని ఇప్పుడు పెద్దబూచీగా చూపిస్తూ, మత ఆధారిత మీటింగ్‌లు పెడుతున్నది టి.డి.పి.

ముస్లిమ్‌ల సమావేశం తర్వాత క్రిస్మస్ ముందు క్రైస్తవ సోదరుల ఆత్మీయ సమావేశం నిర్వహించే ఆలోచన అధికారపార్టీలో వుంది.

ప్రతిపక్షాలు బలహీనంగా వున్నాయన్నఅంచనాతో ఇద్దరు ముఖ్యమంత్రులూ రాజకీయంగా ముందుకు వెళుతున్నారు. 2014లోలా కాకుండా ఫలితాలు తమకు అనుకూలంగా ఏకపక్షంగా రావాలనే ఆశ ఆ ఇద్దరు నేతలలో వుంది. ప్రజల నాడిపట్టడంలో సిద్ధహస్తులైన ఇద్దరు సి.ఎమ్.లు ఉపప్రాంతవిభేదాలు తిరిగి ఏర్పడకుండా ఎజెండాని ముందుకు తీసుకు వెళ్ళగలిగితే ప్రజలకు మేలు కలుగుతుంది.

డా॥ దుగ్గరాజు శ్రీనివాసరావు

'NO' చెప్పండి అదే బెటర్

ఎవరైనా ఏదైనా అడిగితే స్వంత ఇబ్బందివున్నా 'కాదు, కూడదు' అని చెప్పడానికి మొహమాట పడే వాళ్ళు అనేకమంది ఉంటుంటారు.ఇది ఏ ఒక్కరి సమస్యో కాదు. ఇలా 'నో' చెప్పడానికి మొహమాట పడేవాళ్ళ జాబితా చాలా ఉంటుంది.

ఇటువంటి మొహమాటంవల్ల అసంతృప్తి ఛాయలూ ఎదురవుతాయి. అయినా సరే 'నో' చెప్పడానికి ఇబ్బందే. కొందరు ఉద్యోగులు పనిలో అత్యంత నైపుణ్యం కనబరుస్తారు.

త్వరత్వరగా పనులన్నీ ముగిస్తారు. కాని, ప్రతి రోజూ ఇంటికి ఆలస్యంగానే వెళ్తుంటారు.

కారణం ఏంటీ అంటే తోటివారడిగిన సాయానికి 'నో' చెప్పలేకపోవడం.

ఎవరేంసాయం అడిగినా, విసుగ్గా, చిరాకుగాఉన్నప్పటికీ 'సరే' ననడం. కుటుంబసభ్యులతో, ఉద్యోగంలో, సామాజిక సర్కిల్‌లో వ్యక్తిగత సంతోషం-సంతృప్తిస్థాయిలు దెబ్బతిననంతసేపూ ప్రతి దానికీ 'ఎస్' చెప్పవచ్చు. అయితేఎదుటి వారు ఈ ధోరణిని 'టేక్ ఇట్ ఫర్ గ్రాంటెడ్'గా ఫీలవడం మొదలు పెట్టినప్పుడు, సమయాన్నంతా తినేస్తున్నప్పుడు, కరుణా హృదయాన్ని ఎడ్వాంటేజ్‌గా తీసుకున్నప్పుడు మాత్రం ఇటువంటి వైఖరులు అన్నింటికీ ఖచ్చితంగా స్వస్తి చెప్పక తప్పదు.

మొహమాటం వద్దు

'నో'చెప్పగల కళను ప్రతిఒక్కరూ నేర్చి తీరాల్సిందే. ఎవరినైనా తిరస్కరించడమన్నది సులువే. కానీ,అది సంబంధబాంధవ్యాలను దెబ్బతీసేది కాకూడదు. అసౌకర్యంగా వుండకూడదు.

అలా అని, నిరంతరం 'ఎస్' చెప్పుకుంటూపోతే అది యాంగ్జయిటీ, ఒత్తిడి, ఆగ్రహం, ఆందోళన, శక్తిలేనితనాలకు దారితీయగలదు.

'నో'చెప్తే ఎక్కడ తప్పుగా అనుకుంటారో,బంధాలు బలహీనపడతాయేమో అనుకుంటూ మొహమాట పడనక్కర్లేదు. ఎందుకలా చెప్పాల్సివచ్చిందో నమ్రతగా, స్నేహంగా వివరించగలగాలి.

'నో' చెప్పడమన్నది నైపుణ్యంతో కూడిన చర్య. ఈ నైపుణ్యం వ్యక్తిగత సరిహద్దులకు తావిచ్చి, లక్ష్యాలను శీఘ్రంగా చేరుకోవడానికి ఉపకరిస్తుంది. జీవితంలో మార్పులు తెచ్చుకోవడానికి, వ్యక్తిగత ధోరణిలోమార్పులకు కూడా 'నో'చెప్పగల ధోరణిఅవసరమవుతుంది. సమయం ఆదా అవుతుంది.

మరీ తప్పదనుకున్నప్పుడు, తమకు ఇబ్బంది లేదనుకున్నప్పుడు మాత్రమే 'ఎస్' చెప్పాలి. దీనివల్ల ఎదుటివారుకూడా చీటికీమాటికీ సాయం అడిగే ధోరణి మానుకుంటారు.

ఎదుటివారు ఏది అడిగినా 'నో' చెప్పలేని తత్వం గలవారిని 'ఆహ్లాదపరచగల వ్యక్తిత్వం'గా అభివర్ణిస్తుంటారు. తాముచేయలేని పనికి సైతం 'నో' చెప్పలేకపోవడం ఓ బలహీనతగా వుంటుంది.



Courtesy : GRUHASOBHA

వ్యక్తిగత విశ్లేషణ

వ్యక్తిగత విశ్లేషణ చేసుకుంటే కనపడే కారణాలు అబ్బురపరుస్తాయి కూడా. కొందరికి తాము చేసిన సాయానికి అందే ప్రశంసలు ఇష్టం. కొందరికి ఎదుటి వారి మెచ్చుకోలు నచ్చుతుంది. చివరకు ఈ బలహీనత అన్నింటికీ 'ఎస్' చెప్పు కుంటూపోయే సర్దుబాటు ధోరణికి దారితీసి, అలా సాగి ఆపైన ఇక స్వీయ జీవితంలో ఒత్తిడికి, శూన్యతకు దారితీస్తుంది.

తన సంతోషానికి ఈ ధోరణి విఘాతంగావుందని తెలుస్తున్నా ఏమీ చేయలేకపోతుంటారు.

'నో' చెప్పడంకోసం ఎన్ని ట్రైల్స్ వేసినా, కొన్ని సార్లు కుదరదు. కాని, నెమ్మదినెమ్మదిగా 'నో' చెప్పగలుగుతుంటే కలిగే అనుభూతులు అపారం. వాటికి లోనైతే, 'నో' చెప్పగలుగుతారు.

అయితే 'నో' చెప్పడంవల్ల తనకు ఆనందం,స్వేచ్ఛ లభించాయి కాని, ఇతరులతో బంధాలకు విఘాతం కలగలేదన్న భరోసాను కూడా దక్కించుకోగలగాలి. అంటే ఖచ్చితంగా, ముఖంమీద కొట్టినట్లుకాకుండా, మృదువుగా వారిని కన్విన్స్‌చేస్తున్నట్లు చెప్పగలగాలి. అందుకే 'నో' చెప్పడం ఒక కళ.

విశ్లేషణ చేసుకుంటే ఎదుటివారికి 'ఎస్' చెప్పే చాలాసార్లు వ్యక్తిగతం వద్దు, వద్దని లోలోపల నస పెడుతూనే వుంటుంది. కాని, నోరుపెగుల్చుకోలేక పోతారు. 'నో' చెప్పడం అంటే ఎదుటివ్యక్తిపట్ల ప్రేమ, అభిమానం లేకపోవడమో, స్వార్థపరులనో అర్థం

కాదన్న విషయాన్ని గ్రహించాలి.

అసలు ఎవరేది అడిగినా కాదుకూడదు అని ఎందుకు అనలేకపోతున్నారో నిశితంగా పరిశీలించుకోవాలి. ఎదుటివారి మెప్పుకోసమో, వారి ఆహ్లాదం కోసమో, ఏమైనా అనుకుంటారేమోనన్న మొహమాటంతోనో 'సరే' అనేయడం సమంజసమా?

'కాదు' అనడం అత్యవసరమైన నైపుణ్యం. వ్యక్తిగత సరిహద్దులో, శీఘ్రగతిన లక్ష్యాల సాధనకు అవసరమైన ఇంధనం.

అనవసరంగా గిల్టీగా ఫీలవడం మానేసి, సరిహద్దులను పటిష్ఠపరుచుకోగలగాలి.

సంబంధబాంధవ్యాలను సమతౌల్యపరుచుకోవాలి. వ్యక్తిగత, మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యాలను పరిరక్షించుకోవాలి. కొన్నాళ్ళు ఇలా ప్రాక్టీస్ చేస్తూపోతే, 'నో' అనేది తొలి ఆలోచన కాగలదు.



Courtesy : Woman's Era

హద్దులు అవసరం

'ఎస్'కు మంచి ఆప్షన్ అవుతుంది. వ్యక్తిత్వానికి తగినట్లు 'నో' చెప్పేసమయం ఏదో నిర్ణయించుకోవాలి. 'నో' చెప్పలేని, ఎదుటివారిని ఆహ్లాదపరిచే జాబితాలో రెండు రకాలవారుంటారు.

వారిలో ఒకరకం వారు అస్సలు కాదు, కూడదు అని చెప్పరు. ఇటువంటివారు చాలా మంచివారిగా చలామణి అవుతుంటారు. ఎవ్వరికీ 'నో' చెప్పరు. ప్రతి ఒక్కరికీ సాయపడుతుంటారు. ఈ కోవలోకి మగవారికంటే ఆడవారే ఎక్కువగా వస్తుంటారు.

తాము చేసే పనులకు, తమ ప్రవర్తనకు ప్రతివారి నుంచీ ప్రశంసలు దక్కాలని కోరుకునే రకం. వారిలో వుండే ప్రగాఢ కోరిక ఏమిటంటే ప్రశంసలు నిరంతరం దక్కుతూనేవుండాలి.

ఇక రెండోరకం వ్యక్తులు అడగ్గానే 'ఎస్'చెప్పేసి, ఆపైన చాలాచాలా ఫీలైపోతుంటారు.

ఎందుకు చెప్పామా? అని మానసికంగా, శారీరకంగా శక్తిని కోల్పోతుంటారు. కాదని గట్టిగా చెప్పలేనినైజం వీరిది. ఒకవేళ అలా చెప్తే, సన్నిహితులు, స్నేహితులు దూరం అవుతారేమోనన్న భయం వారిలో వుంటుంది. అత్యధిక ఆత్మస్థైర్యంతో 'నో' చెప్పగల కళను అభ్యసించాలి.



Courtesy : UNISHKURI

స్నేహితులు, కుటుంబసభ్యులు, పిల్లలు లేదా సహోద్యోగులు. ఎవరిదగ్గర అయినా సరే అడిగింది ఇబ్బంది అనిపిస్తే, 'నో' చెప్పగల ప్రక్రియను ఆరంభించాలి. వ్యక్తిగతంగా ఇందుకోసం కొన్ని ప్రశ్నలు వేసుకోవాలి. ఎదుటివారు చెప్పిన పని చేయడానికి తగిన సమయం ఉందా?

ఆపనులకోసం నేనేం త్యాగం చేయాల్సివుంటుంది? వాటిని పూర్తిచేయడానికి ఒత్తిడి పడాల్సివస్తుందా? 'ఎస్' చెప్పేశాక నేను అప్‌సెట్ కావాల్సి వుంటుందా? ఇబ్బందిపడతానా? అసలు నేనెందుకు అంగీకరించాలి? ఏంటి? ప్రయోజనం? ఇవన్నీ ఎవరికి వారు 'ఎస్' చెప్పేముందు అడుగుకోవాల్సిన ప్రశ్నలు.

మన్ననగా 'నో'

'ఎస్' చెప్పడానికి ఎవరైనా ప్రలోభపెడుతుంటే, ఆ విషయాన్ని గుర్తించాలి. మన్ననగా తిరస్కరించడానికి మాటల్ని వెతుక్కోవాలి.

అతిగా కమిట్ కావడాన్ని, ఎక్కువ పనిచేయడాన్ని, అలసిపోవడాన్ని తప్పించుకోగలగాలి.

అవమానం, బాధ, ఒత్తిడి లాంటి భావాల్ని వదిలేయాలి. వ్యక్తిగతంగా తానేంచేయదలుచుకున్నారో వాటికోసం మంచి సమయాన్ని గడిపే అలవాటు చేసుకోవడం అవసరం.

వ్యక్తిగత సరిహద్దుల్ని ఏర్పరచుకోవడమే కాదు, వాటిని దృఢంగానూ ఉంచుకోగలగాలి. 'నో' చెప్పడాన్ని చిరునవ్వుతో కొనసాగించాలి.

ఆ చెప్పడంలో కఠినత ఉండనక్కర్లేదు. ఖచ్చితత్వం ఉంటే చాలు. లేదా, అడిగితే చేసేస్తారు అన్నభావం ఎదుటివారికి రాకుండా వున్నా చాలు. సగం విజయం సాధించినట్లే.

ఎన్.సౌజన్య

ఒక చిన్నమాట



Courtesy : SARITHA

హిందీలో ఒక సామెత ఉంది. 'రేపు చేయవలసిన పని ఈ రోజే చేయి. ఈ రోజు చేయవలసిన పని ఇప్పుడే చేయి' అని దాని అర్థం. దానికి విరుద్ధంగా ప్రబుద్ధులు కొందరు 'ఈ రోజు చేయవలసినవి పని రేపు చేయి, రేపు చెయ్యవలసిన పని ఇంకెప్పుడైనా చేయి' అనివివరించుకుంటారు. అన్ని పనులూ తర్వాత చేద్దామనుకోటం, అసలు పని చెయ్యాలంటేనే విపరీతమైన బద్ధకం.

ఈ రెండింటికీ మనస్తత్త్వశాస్త్రంలో, విజ్ఞాన శాస్త్రంలో కారణాలు చూపిస్తారు. కాని కొన్నింటికి కారణాలు వెతికేది కూడా కష్టం.

ఒకతను డాక్టరు దగ్గరకు వెళ్తాడు "డాక్టరుగారూ ఇదివరకు చాలా పనిచేసేవాడిని. ఇంట్లోనూ చేసేవాడిని. ఇప్పుడు చెయ్యలేకపోతున్నాను. నా జబ్బేమిటో చెపుతారా?"

డాక్టరు అతనిని పూర్తిగా పరీక్షిస్తాడు. అతను ఆత్రుతగా అడుగుతాడు. "చెప్పండి డాక్టర్ నా జబ్బేమిటో. సందేహించకండి. నేను ధైర్యంగానే ఉన్నాను" అని. డాక్టర్ అతనిని దీర్ఘంగా చూసి "మీకున్న జబ్బు సోమరితనం" అంటాడు.

"అలాగా? దీనికి వైద్యపరమైన మాటేమిటో చెప్పండి. ఇంటికి వెళ్ళి నేనీ జబ్బుతో బాధపడుతున్నానని నా భార్యకు చెపుతాను" ఆ విధంగా ఉంటాయి వారి ఆలోచనలు. సోమరిపోతులకూ నియమాలుంటాయి. వాటిలో కొన్ని ఈ విధంగా ఉండొచ్చు.

టెలివిజన్ చూస్తున్నప్పుడు రిమోట్ దూరంగా ఉంటే మార్చుకునే ఓపిక లేక స్క్రీన్‌మీద ఏ కార్యక్రమముంటే అదే చూస్తుంటారు. పొరపాటున నీళ్ళు చింది నేలమీద పడితే అవే ఆరిపోతాయిలే అని ఊరుకుంటారు. నిద్రలేచిన తర్వాత పక్క సర్దుకోవటమెందుకు. ఎలాగైనా మళ్ళీ పడుకోవలసిందే కదా! అని అనుకుంటారు. ఏదైనా కార్యక్రమానికి వెళ్ళాలంటే ఆలస్యమైతే ఇక వెళ్ళకపోతేనేమిలే అని ఊరుకుంటారు. ఫ్రిజ్‌లోనుండి మంచు ముక్కలు తీస్తుంటే కింద పడినవాటిని కాలితో ఫ్రిజ్ కిందకు తోసేస్తారు.



డాక్టర్ జె.భాగ్యలక్ష్మి
E-mail: jbhagyalakshmi43@yahoo.in

ఇలాగే తమ నియమాలు తమకుంటాయి. ప్రవర్తన తగినట్లే ఉంటుంది. ఇక ప్రతిపనినీ రేపటికి వాయిదా వెయ్యటం, తర్వాత చేద్దాంలే అనుకోవటం కాలవిలంబము చేయటానికి, దీర్ఘసూత్రానికి లక్షణం. ఆ విధంగా వాయిదావేస్తూ ఉండటం సరి కాదని స్వయంగానే గ్రహిస్తారు.

కాని వారి పద్ధతి ఎలా ఉంటుందంటే "ఈ విధంగా కాలవిలంబము చేయటం నేను చేస్తున్న తప్పే. దీని నుండి బయటపడాలని తెలుసు. నిజంగానే బయట పడతాను- రేపు" అనే ధోరణిలో ఉంటుంది.

వాయిదా వెయ్యటం సమయాన్ని దొంగిలిస్తుంది. సంవత్సరం తర్వాత సంవత్సరాన్ని దొంగిలిస్తుంది. చివరకు అన్ని సంవత్సరాలూ ఎగిరిపోతాయి అని ఎడ్వర్డ్ యంగ్ ఒక నాటకంలో చెపుతాడు.

షేక్స్‌పియర్ మరో నాటకంలో ఇలా కాలవిలంబనాన్ని పేర్కొంటాడు.వైద్యుడు నిద్రపోతుంటే రోగి మరణిస్తాడు. అనాథ ఏడుస్తుంటే హింసకుడు భోజనం చేస్తాడు. లోభత్వం క్రీడిస్తుంటే అంటువ్యాధి వ్యాపిస్తుంది.పనులు వాయిదావెయ్యటానికి మనస్తత్త్వ శాస్త్రం కొన్ని కారణాలు సూచిస్తుంది.

ప్రతిదీ అదుపులో ఉంచుకోవాలనే ఆలోచనతో, తప్పుచేయకూడదనే భావంతో, అసలు పనే చెయ్యకపోతే తప్పుచేయటం ఉండదనే భరోసాతో పనులు వాయిదావేస్తారు.చేయవలసినది పెద్ద క్లిష్టమైన పనిగా తోచి కాలయాపన చేస్తారు.

పెద్దపనిని కూడా చిన్నచిన్న భాగాలుగాచేసి పని ప్రారంభించవచ్చని అనుకోరు. దోషరహితంగా ఏమాత్రం లోసుగులేకుండా పని జరగాలనే తపన ఉంటుంది. ఇది మంచి విషయమే- కాని దీని కారణంగానే ఒక్కొక్కసారి పనిలో కాలయాపన జరుగుతుంది. పరిస్థితులు అనుకూలించినప్పుడు చేద్దాం అనే భావన కలుగుతుంది.

ఏదో ఒక విధంగా పని ప్రారంభిద్దాం అని ఉండదు. పనిలో వైఫల్యం ఉంటుందేమో అనే భయంతో కూడా పనులు మొదలుపెట్టరు. కాని ఈ భయాన్ని ఎదుర్కొంటే వైఫల్యాన్ని కూడా అధిగమించవచ్చు.

ఏ పనికి ఎంత సమయం పడుతుందనే అంచనా తప్పు కావచ్చు. దీనివల్లకూడా కాల విలంబన జరుగుతుంది. కాల విలంబనవల్ల పని సరిగ్గా జరగదు అని మనం అనుకోకూడదు.

కొందరు ఒత్తిడిలో బాగా పనిచేస్తారు. అన్ని సందర్భాలకూ ఇది అన్వయించదు. చివరిక్షణంలో ఉరుకులూ, పరుగులూ మంచి పనికి సాయపడతాయని అనుకోకూడదు. ఏదేమైనా పనులు వాయిదావేయటంతో అయోమయస్థితి ఉత్పన్నమవుతుంది.

పనులు అదుపు తప్పిపోతాయి.పనుల్ని వాయిదా వేయటమంటే మనల్ని మనం మభ్యపెట్టుకున్నట్లే. ఇక సోమరితనం మాటకొస్తే పనిచేయటానికి తగిన ప్రేరణ, ప్రోత్సాహం లేదనే మాట వినవస్తుంది.

సోమరితనంలో మనల్ని మనం కష్టపెట్టుకోకూడదనే భావన ఇమిడి ఉంటుంది. కొందరు ఏమీ చేయకుండా ఉండటాన్నికూడా గొప్ప కవితాత్మకంగా భావిస్తుంటారు. 'ఏమీ చేయకపోవటం ఎంతో మధురం' అనే ఇటాలియన్ సూక్తి ఉంది.

వాస్తవానికి పనిలో నిమగ్నమవటంలో ఎంతో ఆనందముంటుంది. "ఏమీ చెయ్యకపోవటమనేది ప్రపంచంలో అతికష్టమైన పని, అతికష్టమైనది, అతి బౌద్ధికమైనది" అని ఆస్కార్‌వైల్డ్ అంటాడు.

కొందరు మేధావులు కావాలనే కొంత సమయం ఏమీ చెయ్యకుండా కిటికీనుండి బయటకు చూస్తూ గడిపేస్తారు. అప్పుడే రీఛార్జి అవుతారు.

ప్రేరణ, స్ఫూర్తి మళ్ళీ పనిచేయటానికి ఉత్సాహం వస్తాయంటారు. ఏ పనికైనా ఫలితం ఏముంటుందనేది ముఖ్య విషయమవుతుంది. అదే ప్రోద్బలమవుతుంది. కొందరికి వైఫల్యాలంటే భయం.

విజయం వరించకపోతే అనే అనుమానం. అందుకే "నేను విఫలం కాలేదు. అసలు ప్రయత్నించనే లేదు" అని అంటుంటారు. అన్నీ సాకులే. నిజానికి కావలసింది మనోబలం.



అనిల్

True happiness comes to those who live at peace with their fellow humanbeing

పని నైపుణ్యాలు

పిల్లలు స్వయంగా కొన్ని పనుల్ని చేసుకునే విధమైన నైపుణ్యాలను వారికి అలవరచాలి.

తినడం, దుస్తులు ధరించడంవంటి పనులవల్లవారిలోఆత్మవిశ్వాసం బాగా పెరుగుతుంది. స్పూన్, ఫోర్క్ వంటివి వాడుతూ, స్వయంగా ఆహారం తినే అలవాట్లు చేయాలి.

ఇందుకు వారిని హడావిడి పెట్టకుండా, ప్రాక్టీస్ చేయడానికి తగినంత సమయాన్ని ఇవ్వాలి.

ప్రతిరోజూ పరిశుభ్రతకు సంబంధించిన అంశాల్లో ప్రోత్సహిస్తుండాలి. టాయ్‌లెట్‌ను స్వయంగా, శుభ్రంగా వాడే దిశగా అలవాటు కొనసాగించాలి. ప్రతి భోజనం తర్వాత బ్రెష్ చేసుకునే అలవాటును ప్రోత్సహించాలి.

న్యాప్‌కిన్లు, వస్తువులు ఎక్కడివి అక్కడ ప్రతిరోజూ సర్దే విధంగా వారికి వయస్సుకు తగినట్లు నెమ్మది నెమ్మదిగా అలవాటు చేయాలి.

అందుకు అనుగుణంగా వారితో ఇంటిపనులు చేయిస్తుంటే వారిలో పనుల నైపుణ్యం, బాధ్యత వహించే తత్వం అలవడతాయి.

ఒట్టికాళ్ళ నడక

పిల్లలు చెప్పుల్లేకుండా ఆడుకుంటుంటే గబుక్కున ఆపేసి, ఆగ్రహం చూపిస్తారు. చెప్పులు లేకపోవడంవల్ల, దుమ్మూ, ధూళి, మట్టి తగిలి ఏవో ఒక ఇన్‌ఫెక్షన్లు వస్తాయని భయపడతారు.

అయితే పిల్లలు, యుక్తవయస్కులు ఎక్కువ సమయం ఒట్టికాళ్ళతో గడిపితే వారిలో శారీరకపరమైన నైపుణ్యాలు పెరుగుతాయన్నది తాజా పరిశోధనల సారాంశం. ఎప్పుడూ చెప్పులో, బూట్లో వేసుకుని ఉండే పిల్లలతో పోల్చితే ఒట్టికాళ్ళతో వుండే పిల్లల్లో దుమకడం, బ్యాలెన్స్ చేసుకోవడం బాగా చేయగలుగుతారని పరిశోధకులు పేర్కొంటున్నారు.

ముఖ్యంగా ఆరునుంచి పది సంవత్సరాల నడుమ వయస్సు పిల్లలకు ఇది అవసరమని వివరించారు.

నిఘాలు, నియంత్రణలు

కొందరు తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలపట్ల అత్యంత అప్రమత్తంగా వుంటూ అతిగా నిఘావేస్తుంటారు.

పిల్లలు ఫలానా ఆటలే ఆడాలి,అవి తినొద్దు, ఇవే తినాలి, అవి ముట్టుకోవద్దు, ఆడేసిన వస్తువుల్ని ఇలా సర్దాలి, అలా వుంచాలి అంటూ అదే పనిగా వారికి హద్దులు పెడుతుంటారు.

నిరంతరం వారు చేసే పనులపై నిఘావేయడం, అతిగా ఆంక్షలు విధించడం అస్సలు మంచిది కాదు.

ఇలా చేయడంవల్ల రానురాను పిల్లల్లో భావోద్వేగాలను నియంత్రించుకునే సామర్థ్యం తగ్గిపోతుందని తాజా పరిశోధనలు పేర్కొంటున్నాయి.

వయస్సు ఎదిగేకొద్దీ పిల్లల్లో ఎదురయ్యే సవాళ్ళను ఎదుర్కోవడంలో, కష్టంగా వుండే స్కూలు వాతావరణంలో ఇటువంటి పిల్లలు ఇబ్బందిపడుతున్నారని అధ్యయనకారులు చెప్తున్నారు.

పిల్లలు చదువులో కూడా వెనకబడతారని,వారు ఆత్మన్యూనతతో వుంటారని పరిశోధకులు ఒక నివేదికలో హెచ్చరించారు.

కోపతాపాలు

ఇటీవలి కాలంలో పిల్లల్లో కోపం, దానివల్ల హింసాత్మక ప్రవృత్తి పెరుగుతున్నాయి. పెద్దలు తమ వృత్తి, ఉద్యోగాల్లో బిజీగావుండడంవల్ల పిల్లలు ఖాళీ సమయాల్లో ఎక్కువ భాగం ఫోన్లు, వీడియోగేమ్స్‌తో గడిపేస్తున్నారు.

ప్రత్యర్థిని అంతమొందిస్తేనే గెలుస్తారన్న అర్థంవచ్చేటటువంటి ఆటలు కొన్ని వుంటుంటాయి. ఇవి చూసిన పిల్లలు సరైన గైడెన్స్ కొరవడి, ఆగ్రహాన్ని పెంచుకుని, అసంబద్ధ ప్రవర్తనకు గురవుతుంటారు.

తల్లిదండ్రులు వీలయినంతవరకు తమ పిల్లలపై ఓ కన్నువేసి వుండాలన్నది పిల్లల మానసిక శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయం. వారికి కావాల్సిన ప్రేమానురాగాలు అందుతున్నప్పుడు, సరైన గైడెన్స్ వున్నప్పుడు ఇతరత్రా ఆలోచనలు, కోపతాపాలు, అసహనం వంటివి వారి దరికి చేరవు.

ఎన్ని పనులున్నా, ఎంత బిజీగా ఉన్నా కెరీర్ పరుగు ఎంతగా వున్నా తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల ప్రవర్తనపై తప్పనిసరిగా ఓ కన్నేసి వుంచాలి.

మర్చిపోతున్నారా?

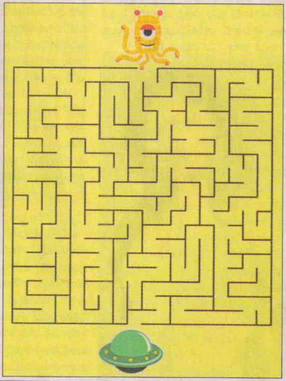
పిల్లలు ఎంత చదివినా మర్చిపోతుంటారని తల్లిదండ్రులు ఆందోళనపడుతుంటారు.ఇది కావాలని జరిగేదికాదు. అసంకల్పితంగా సాగే ప్రక్రియ.

కొన్ని ఎంత గుర్తుంచుకుందామనుకున్నా గుర్తుండవు. కొన్నేమో బాగా జ్ఞాపకముంటాయి. ఇది మెదడు చేసే పని. పిల్లలు ఏవి మరిచిపోతున్నారు, వేటిని బాగా జ్ఞాపకం వుంచుకుంటున్నారు అన్నది పరిశీలిస్తుండాలి. వీటి ఆధారంగా ఏ విషయంలో పిల్లలు వేగంగా వెళ్తున్నారో నిశితంగా పరిశీలించాలి.వారి మనస్సుకు పట్టినవాటిని బాగా గుర్తుంచుకుంటారు.

వారిలోని ఆసక్తి దిశగా వారిని ప్రోత్సహించాలి తప్ప, ఆసక్తి లేని అంశాల్లో బలవంతంగా ప్రోత్సహించినా పెద్దగా ఫలితం ఏదీ వుండదు.

బొమ్మల పజిల్

స్పేస్‌షిప్ వద్దకు వెళ్ళడానికి దారి గుర్తించండి.



మరపురాని రేయి

"పక్కన కూర్చుని నీతో మాట్లాడుతూవుంటే మనం శారీరకంగా కలవకపోయినా మానసికంగా దగ్గరవుతాం కదా! అందుకే ఏ వెలితీ అనిపించదు" అన్నాడు. "నిజంగా అంటున్నావా ఆ మాట" అందామె. "నీ పెదవులపైన ఒట్టు" అంటూ ఆమె గులాబీ పెదవులపై తన పెదవులను మృదువుగా ఆనించాడు. ఇంతలో...

గొర్లి శ్రీనివాసరావు

'అమ్మా, నువ్వే చెప్పుకో నీ చిన్నకూతురికి. దాన్ని బాగా ముద్దుచేసి నెత్తికెక్కించుకున్నారుగా. అనుభవించండి..! చూశారుగా, దాని మొండితనం ఎవరికీ ఉండదు..." అంది శార్వరి, వంటగదిలో ఉన్న అన్నపూర్ణతో.

"ఏమోనమ్మా, దానికి నేను కూడా చెప్పలేను. మీ నాన్నగారి మాట వింటుందిగాని, ఆయన చెప్పే విషయము కాదు ఇది, ఎలా చెప్పాలో అర్థంకావడంలేదు" అంటూ తల పట్టుకుంది అన్నపూర్ణ.

"నువ్వే ఏదో విధంగా నచ్చచెప్పి ఒప్పించమ్మా" అంటూ పెద్ద కూతురిని బ్రతిమాలింది.

అన్నపూర్ణ చిన్న కూతురు వసుధ పెళ్ళి హడావుడిగా జరిగింది! ఆమె తండ్రి ఆ ఊరిలోని ధనవంతుల జాబితాలో టాప్‌లోనే ఉంటాడు. పలుకుబడికి కూడా ఏమీ తక్కువ లేదు.



ఆయన పేరుచెప్తే అంతో ఇంతో మర్యాదగానే పలకరిస్తారు అందరూ.కానీ ఆమె పెళ్ళిమాత్రం హడావుడిగా ఏదో జరిగిందిలే అనిపించారు!

అమ్మాయి, అబ్బాయిలది లవ్‌మ్యారేజీ కాదు. మధ్యవర్తుల ద్వారా పెద్దలు కుదిర్చిన సంబంధమే! అయినా ఎందుకు ఆ పెళ్ళి వసుధ కావాలనుకున్నంత గ్రాండ్‌గా జరగలేదంటే, వాళ్ళ పెళ్ళిరోజు సిటీలో ఏదో కారణాన గొడవలు జరిగి కర్ఫ్యూ విధించారు పోలీసులు.

దాంతో ఇంటిముందు పందిరి వేసి పెళ్ళి తూతూ మంత్రంగా జరిపించేశాడు వసుధ తండ్రి.

నెలరోజులు ఆగితే మంచి ముహూర్తం ఉంది అని పురోహితుడు చెప్పినా వినలేదు పెళ్ళికొడుకు. ఒకటే తొందరపడ్డాడు, పెళ్ళి అనుకున్న ముహూర్తానికి జరిగి తీరవలసిందే అని. వసుధకుమాత్రం ఒళ్ళంతా కారం రాసినట్లుంది. పెళ్ళికొడుకు అంటే ఇష్టంతోనే ఆ పెళ్ళికి ఒప్పుకుంది.

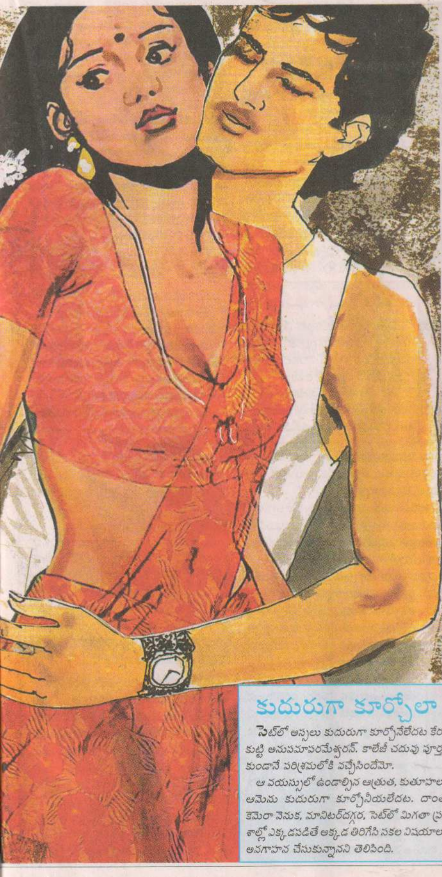
కానీ అతనికి సెలవులు లేవనో మరేదో కారణంతోనో వైభవంగా జరగవలసిన తన పెళ్ళిని అలా వీధి నాటకంలా జరిగేలా చేస్తాడా...! అని అతనిపై చిరాకు పడింది. జీవితంలో ఒకే ఒకసారి జరిగే వివాహ మహోత్సవాన్ని అలా తేలిపోయేలా చేసినందుకు అతన్ని క్షమించలేకపోయింది.

ఆత్రం ఎక్కువ

అన్నీ వెంటవెంటనే జరిగిపోవాలన్న ఆత్రం ఆండ్రియాకు ఎక్కువ. ఈ విషయాన్ని తనే స్వయంగా చెప్పుకుంటున్నది. 'తారామణి' తర్వాత తన కెరీర్ నక్షత్రంలా ధగాధగా మెరిసిపోతుందనుకున్నదికాని అలా జరగనే లేదు. దీంతో కాస్తంత డీలాపడిపోయానని, దేనికైనా టైమ్ రావాలన్న ఫిలాసఫీతో ఉన్నాను.

నిజానికి నాకు కొంచెం ఓపిక తక్కువే. ఇప్పుడు మంచి మంచి ఆఫర్లు రావడంతో దేనికైనా సమయం రావాలని అర్థమయింది" అని చెప్పింది.





"ఎందుకే ముందు పెళ్ళి వద్దన్నావు? ఇప్పుడు ఫస్ట్ నైట్ వద్దంటున్నావు?" అంది శార్వరి.

"నీకేం? నీ పెళ్ళి ఎంత గ్రాండ్‌గా చేశారు, నాన్న గారు! నా పెళ్ళి చూడు ఎలా చేశారో? కనీసం బంధువులు అంతాకూడా రాలేదు. ఫ్రెండ్స్ రాలేదు. నాకేమి మెమొరీస్ ఉంటాయి నా పెళ్ళిగురించి. పెళ్ళి అంటే ఇంతేనా...? అనిపిస్తుంది" అంది.

"వికాస్‌కి సెలవులు లేవట. మళ్ళీ దొరకడం కష్టమట. అయినా మీకు కుదిరిన ముహూర్తం మామూలుది కాదు, నూట ఇరవై సంవత్సరాలకు ఒకసారి వస్తుందని పురోహితులుగారు చెప్పారు తెలుసా. అదేదో పరమమైత్రి తారట" అంది శార్వరి.

"ఏంటే, ఏదో నేను పెద్ద నిధిని సొంతంచేసుకున్నట్లు పెద్ద బిల్డప్ ఇస్తున్నావు. ఆ ముహర్తం కాకపోతే మరోటి. ఇక జనాలు పెళ్ళిళ్ళు చేసుకోరా?

తన పెళ్ళి వైభవంగా జరగాలని ఏ ఆడపిల్లకు ఉండదు చెప్పు. కనీసం నా ఇష్టాయిష్టాలు కనుక్కోకుండా నన్ను బలవంతంగా పీటలమీద కూర్చోబెట్టారు" అంది వసుధ ఉక్రోషంగా.

"అబ్బ నీకు ఎలా చెప్పాలో అర్థంకావటంలేదు వసూ. పెళ్ళి గొప్పగా జరగాలని మనకు ఉంటుంది అది సహజమే! కాని ఆడపిల్లకు దానికంటే ముఖ్యమైనది ఏమిటో తెలుసా?" అంది శార్వరి.

"ఏమిటో?" అంది వసుధ వ్యంగ్యంగా.

"తనను పువ్వుల్లో పెట్టుకుని చూసుకునే భర్త దొరకడం. అదీ అసలు గొప్ప... వికాస్ మంచివాడు. నిన్ను గొప్పగా చూసుకుంటాడు అని మా అందరి నమ్మకం!" అంది శార్వరి.

"అబ్బో, పెళ్ళి అయిన తర్వాత కలిసి ఉండాల్సిన బాధ్యత, సంతోషంగా ఉండాల్సిన విజ్ఞత భార్యాభర్తలిద్దరిదీను. దానిలో ఒకరి గొప్ప మరొకరి

కుదురుగా కూర్చోలా

సెట్‌లో అస్సలు కుదురుగా కూర్చోనేలేదట కేరళ కుట్టి అనుపమాపరమేశ్వరన్. కాలేజీ చదువు పూర్తవకుండానే పరిశ్రమలోకి వచ్చేసిందేమో.

ఆ వయస్సులో ఉండాల్సిన ఆత్రుత, కుతూహలం ఆమెను కుదురుగా కూర్చోనీయలేదట. దాంతో కెమెరా వెనుక, మానిటర్‌దగ్గర, సెట్‌లో మిగతా ప్రదేశాల్లో ఎక్కడపడితే అక్కడ తిరిగేసి సకల విషయాలూ అవగాహన చేసుకున్నానని తెలిపింది.





తక్కువ ఏమీ ఉండవు. నా బాధ నీకు అర్థం కాదులే. నువ్వెళ్ళు..." అంటూ తన మంచం మీద బోర్లాపడుకుంది వసుధ.

ఇక్కడ పెళ్ళికూతురు ఇలా హఠం చేస్తున్న విషయం వికాస్‌కి తెలియదు. ఆ రోజు రాత్రి తమ తొలిరేయి మరపురానిది కావాలని పగటికలలు కంటూ ఆత్రంగా గడిపాడు.

పెళ్ళి ఇంట్లో అన్నిరకాల ఏర్పాట్లు జరిగిపోయాయి. పెళ్ళికొడుకుని శోభనంగదిలోకి ప్రవేశపెట్టారు. ఇక కొద్ది క్షణాల్లో ఆమె వస్తుందని ఆత్రుతగా ఎదురు చూస్తున్నాడు వికాస్. తన టెన్షన్ తగ్గించుకోవడానికి గదిచుట్టూ పరికించి చూశాడు. ఇంతలో తలుపు కిర్రుమంటూ తెరుచుకుంది.

తలుపుదగ్గర మేనమామ కనిపించాడు. "పదరా వికాస్" అన్నాడాయన.

"ఎక్కడికి...?" అన్నాడు వికాస్ ఎలాగో గొంతు పెగుల్చుకుని.

"చెప్తా రా" అంటూ భుజంమీద చేయి వేసి చొరవగా అక్కడనుంచి తీసుకువెళ్ళిపోయాడు అతని మేనమామ.

"అనుకోకుండా ఈ అవాంతరమేమిటో? అయినా ఈ కాలం పిల్లకు టాబ్లెట్స్ వేసుకోవాలని తెలియకపోతే తల్లిగారు చెప్పొచ్చుగా..." అంటూ అమ్మలక్కలు ఏవేవో మాట్లాడుకుంటున్నారు.

శోభనం జరగాల్సిన సమయంలో పెళ్ళి కూతురు తనకు పీరియడ్స్ అని చెప్పిందట!

పెళ్ళి కూతురి తల్లి, పెళ్ళికొడుకు తల్లికి నచ్చ చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తోంది.

"అదేమిటండీ, మీరన్నా చూసుకోవాలి కదా... అసలే వాడికి సెలవులు లేవు. మళ్ళీ ఎప్పుడు వీలు పడుతుందో తెలియదు. వాడు ఎంత అప్‌సెట్ అవుతాడో, ఏమిటో?" అంది పెళ్ళికొడుకు తల్లి.

"వదినగారూ, మీరే ఆదుకోవాలి. మన చేతుల్లో లేనిది. కొంచెం ముందు జాగ్రత్తగా ఉండాల్సింది. తప్పయిపోయింది..." అంది పెళ్ళికూతురి తల్లి. తన కూతురు వైవాహిక జీవితంపై ఈ సంఘటన ఎలాంటి ప్రభావం చూపిస్తుందో అని భయపడుతూ!

కొందరు ఆడపిల్ల తరపువారిని ఏవేవో మాటలు అన్నారు. కొందరు సర్దిచెప్పాలని చూశారు. కొందరు వికాస్‌కు ఆ ఇష్యూని పెద్దగా పట్టించుకోవద్దని సర్దిచెప్పడానికి చూశారు. అతనికి ఏమీ అర్థం కాలేదు.

వసుధ తనతో బాగానే మాట్లాడుతుంది. కర్ఫ్యూ విషయం విన్నతర్వాత పెళ్ళి మరొక ముహూర్తానికి పెట్టుకుందామంది. దానికి తను 'నో' చెప్పాక తనతో మాట్లాడటం మానేసింది. తనుమాత్రం రెగ్యులర్‌గా మెసేజెస్ పంపుతూనే ఉన్నాడు.

పీటలమీద కూర్చున్నప్పుడు ఎవరూ లేకుండా చూసి సారీకూడా చెప్పాడు. సెలవులు లేవు. మళ్ళీ ఎప్పుడు దొరుకుతాయో తెలియదు. అదీగాక పెళ్ళైన తర్వాత తాము వెళ్ళాలనుకున్న హనీమూన్‌కి ఫ్లైట్ టికెట్స్, హోటల్ బుకింగ్ అంతా అయిపోయాయి.

ఇప్పుడు మారిస్తే చాలా ఇబ్బంది అవుతుందని కూడా చెప్పాడు. కానీ ఆమె కన్విన్స్ అయినట్లు లేదు. ఒకవేళ కన్విన్స్ అయితే తను ఈ కార్యక్రమం వాయిదా వేయించేది కాదనిపించింది అతనికి.

లేచి ఆరుబయట వరండాలోకి వెళ్ళాడు. ఇంటికి దగ్గరగా రామాలయం ఉంది. ఆ రోజు పౌర్ణమి కావడంతో ధవళకాంతుల్లో ఆలయం మరింత శోభాయమానంగా ఉంది. వీధిలో అక్కడక్కడా వెలగలేక వెలుగుతున్నట్లు వున్న ట్యూబ్‌లైట్‌లు వెన్నెలశోభను మరింత పెంచుతున్నాయి.

ఆలయం దగ్గరవుతున్న కొద్దీ అతని మనసులోని అసంబద్ధ ఆలోచనలు తగ్గి ఒక స్పష్టత వచ్చింది.

లాల్చీ జేబులోనుంచి మొబైల్ తీసి వసుధకు కాల్ చేశాడు. ఫుల్ రింగ్ అయినా రెస్పాన్స్ లేదు.

మరో రెండుసార్లు చేస్తే "ఎక్కడున్నావు?" అని మెసేజ్ వచ్చింది.

"గుడిలో" అని రిప్లయ్ చేశాడు.

ఒక అరగంట గడిచింది. రామాలయంలో ఉన్న మండపంలోని ఒక స్తంభాన్ని ఆనుకుని ఉన్న వికాస్ దగ్గరకి అతని మేనమామ వచ్చాడు.

"ఏరా అప్పుడే దేవదాసులా అయిపోయావా. లేక ఇంటికంటే గుడి పదిలం అనుకుంటున్నావా? ఇప్పుడేగా సంసారంలో పడబోతున్నావు. ముందు ముందు మరెలా ఉంటుందో మరి... సరేగాని, అర్జంటుగా రమ్మంటున్నారు రా" అన్నాడు.

భలోక్తులలో కొంత నిరసన భావం కనిపించినా ముఖం ప్రసన్నంగానే ఉండడంచూసి పరిస్థితి మరీ జటిలమై ఉండదులే అని స్థిమితపడ్డాడు వికాస్. పెళ్ళికూతురు తల్లి, తన తల్లి గుమ్మంలో నుంచుని తనకోసం ఎదురుచూస్తూ ఉంటే కొద్దిగా సిగ్గుపడుతూ తలవంచుకుని లోపలికి నడిచాడు వికాస్.

"నాన్నా, బయటకు వెళ్ళివచ్చావు. కాళ్ళు చేతులు కడుక్కుని రా" అంది వికాస్ తల్లి.

మారుమాట్లాడకుండా బాత్‌రూమ్‌కి వెళ్ళి కాళ్ళు చేతులు కడుక్కునివచ్చాడు వికాస్. మేనమామ దారిలో చెప్పిన విషయం గుర్తుకువచ్చింది.

జాన్వీ + ఖుషి

వయస్సు ఐదుపదులకు చేరినా తరగని అందాల గని శ్రీదేవి. పబ్లిక్‌లో ఎక్కడ కనిపించినా తన ఫ్యాషన్ పోకడలో, రూపంలో సెంటర్ ఆఫ్ ఎట్రాక్షన్ అయ్యేది.

అదే వారసత్వాన్ని పుణికిపుచ్చుకున్నారు ఆమె ఇద్దరు కూతుళ్ళు జాన్వీ, ఖుషీకపూర్‌లు. జాన్వీ మొదటిసారిగా ఫ్యాషన్ షోలో ర్యాంప్‌పై నడిచి కళ్ళను తిప్పనీయలేదు.

ఇక చిన్నమ్మాయి ఖుషీకి చిన్నవయస్సునుంచీ ట్రెండీగా ఉండడమంటే అమిత ఇష్టం.

ఏ కార్యక్రమానికి వెళ్ళినా కెమెరా కళ్ళను అన్నింటినీ తనవైపునకే తిప్పుకుంటుంటుంది. ఈ అమ్మాయి కూడా సినిమాల్లోకి రావడానికి రంగం సిద్ధమవుతున్నదనేది టాక్.

ఇక అక్కచెల్లెళ్ళిద్దరూ బాలీవుడ్‌ను ఎంతలా ఊపేస్తారో చూడాలి!



స్వార్థంకోసం ఆంధ్రప్రదేశ్‌ని విభజించిన కాంగ్రెస్ పార్టీతో దోస్తీచేస్తే ఆంధ్రులు చీదరించుకుంటారు.

-కె.ఇ.కృష్ణమూర్తి, ఎ.పి. ఉపముఖ్యమంత్రి

“ఆ అమ్మాయి ఏదో భయపడి అలా చెప్పాను అందట. ఆమె ముందు చెప్పినట్లు కాదట. అందువలన నిరభ్యంతరంగా ఈ కార్యక్రమం జరిపించవచ్చు అని పురోహితుడుగారు చెప్పారు. మరి ఆ అమ్మాయి ఎందుకు భయపడిందో ఏంటో నాకు అర్థంకాలేదు” అన్నాడు మేనమామ.

వసుధ ఏంచేయబోతుందో అర్థంకాలేదు వికాస్‌కి. పెళ్ళికి తను హడావుడిపడడం ఆమెకు నచ్చలేదు అన్నది తెలుస్తూనే ఉంది.

కాని దానికోసం ఇంత సీన్ ఎందుకు క్రియేట్ చేసిందో అర్థంకాలేదు అతనికి. ఇప్పుడు లోపలికి వచ్చి ఏం చేస్తుందో అని భయపడ్డాడు.

అలా కొంత భయం, కొంత టెన్షన్‌తో గది లోపలికి అడుగుపెట్టాడు వికాస్. అది అంతకుముందు అతను వేచివున్న గది కాదు... మరో గదిలో సింపుల్‌గా అలంకారం ఉంది. బహుశా అది వసుధ సొంత గది అనిపించింది వికాస్‌కి.

ఇంతకీ శోభనంలో అవాంతరం వచ్చినందుకు బాధపడ్డ తనిప్పుడు ఆనందపడాలా! లేక ఆందోళన పడాలా! తేల్చుకోలేక అయోమయంలో పడ్డాడు.

అటూ ఇటూ తిరుగుతూ ఉంటే టేబుల్‌పై ఏదో పేపర్ కనిపించింది. దానిపైన మాయిశ్చరైజర్ క్రీమ్ ట్యూబ్ ఒకటి పేపర్ వెయిట్‌లా పెట్టబడి ఉంది. ఆ పేపర్‌ని అందుకుని తీసి చూశాడు.

తన పేరు కనిపించేసరికి చదివాడు. ఇంతలో తలుపు శబ్దమయింది. ఆ పేపర్ గబుక్కున టేబుల్‌పైన పెట్టేశాడు వికాస్. మెల్లగా నడుచుకుంటూ వచ్చింది వసుధ.

వికాస్ వెళ్ళి తలుపులు గడియవేశాడు. తర్వాత వసుధ దగ్గరకు వెళ్ళి ఆమె చేతిని తన చేతిలోకి తీసుకుని, “నేను నీకు సారీ చెప్పాలి” అన్నాడు.

“ఎందుకు? నేనే సారీ చెప్పానుగా!” అంది అతను చదివిన పేపర్‌వైపు కళ్ళతోచూపిస్తూ.

“అదే అర్థంకాలేదు. నువ్వు వాయిదా వేద్దామన్నా వినకుండా తొందరపడి నీ ఇష్టానికి వ్యతిరేకంగా ఇంత సింపుల్‌గా పెళ్ళి చేసుకున్నందుకు, నీకు బాధ కలిగించినందుకు, నేనే నీకు సారీ చెప్పాలి” అన్నాడు వికాస్.

“అది సరేలే! నేను నిన్ను పెళ్ళి చేసుకున్నాను కదా! పెళ్ళి సింపుల్‌గా జరిగింది అన్న విషయం కొద్ది రోజులు గడిచిపోతే మనమే మరిచిపోతాం. కానీ ప్రతిరోజూ మన జీవితం బాగుండాలి అంటే నువ్వు ఇలా తొందరపడే అలవాటు మానుకోవాలి.

ఈ విషయం నీకు తెలియచేయాలనే అలా చెప్పి, ఈ కార్యక్రమానికి నేనే చెక్ పెట్టాను. కానీ నా గది కిటికీలోనుంచి చూస్తుంటే నువ్వు అలా తల వంచుకుని నడుచుకునివెళ్ళడం కనిపించింది.చాలా బాధనిపించింది. అందుకే సారీ చెప్పాను” అంది వసుధ.

తను అలా నడిచివెళ్ళడం అంత డ్రమెటిక్ ఎఫెక్ట్ కలిగించిందా! అని మనసులోనే ఆశ్చర్యపోయాడు వికాస్.

ఆమె నడుముచుట్టూ చేయివేసి దగ్గరకు లాక్కున్నాడు. అతని వెచ్చని కౌగిలిలోని అనురాగాన్ని ఆస్వాదిస్తూనే- “నువ్వు ఇలా తొందరపడకూడదనే చెపుతున్నాను... నీకు సరిగ్గా అర్థం అయినట్లు లేదు!” అంది వసుధ.

“నీలాంటి అందమయిన తెలివైన అమ్మాయిని చేసుకోవడమంటే ఎంత అదృష్టం ఉండాలి. అందుకే ఆ అదృష్టము వెంటనే అందుకోవాలని తొందరపడ్డాను.

నీకు దూరంగా ఉండే ప్రతి గంటా నాకు ఒకరోజు జీవితం వేస్ట్ అయినట్లు అనిపిస్తుంది. నిన్ను పట్టడానికి తొందరపడ్డది అందుకే..!

ప్రభుత్వానికి, ప్రజలకు మధ్య దళారీలు లేని ప్రభుత్వం మాది.
-నరేంద్రమోడీ, ప్రధాని



అంతేగాని నీ ఇష్టాయిష్టాలను గౌరవించకూడదనే ఉద్దేశం నాకు ఏ కోశానా లేదు...” అన్నాడు వికాస్ చాలా నిజాయితీగా.

అతని గుండెలపైన ముద్దుపెట్టుకుంటూ “నాపైన నీ ప్రేమ ఇలానే ఉండనివ్వు. నేను ఇంతకుముందు మన శోభనానికి అడ్డంకి అని చెప్పిన కారణం అబద్ధం కాదు నిజమే! కానీ నువ్వు దిగులుగా అవడం చూసి ఏదో భయపడి అలా అన్నానని అబద్ధం చెప్పాను. నాకు కూడా నీతో మాట్లాడి మనమధ్య అపార్థాలు లేకుండా చేసుకోవాలని అనిపించింది” అంది.

అతని కళ్ళల్లోకి పరీక్షగా చూసింది. ఏమయినా డిజప్పాయింట్‌మెంట్ కనిపిస్తుందేమో అని!

“నో ప్రాబ్లమ్! నీ పక్కన కూర్చుని నీతో మాట్లాడుతూ, నీతో కలిసి ప్రతి క్షణం గడపడం బాగుంటుంది. మనం శారీరకంగా కలవకపోయినా మానసికంగా దగ్గరవుతాం కదా! అందుకే ఏ వెలితి కనిపించదు” అన్నాడు వికాస్ చిరునవ్వు నవ్వుతూ.

“నిజంగా అంటున్నావా ఆ మాట” అంది వసుధ కాస్త అనుమానంగా చూస్తూ.

“నీ పెదవులపైన ఒట్టు” అంటూ ఆమె గులాబీ పెదవులపై తన పెదవులను మృదువుగా ఆనించాడు వికాస్.

“అంతేనా?!” అంది అతని కన్నుల్లోకి కొంటెగా చూస్తూ.

“పర్వాలేదు. రా... అలా కూర్చో కబుర్లు చెప్పు” అన్నాడు వికాస్.

“తొందరపడవద్దన్నాను నిజమేగానీ, మరీ ఇంత ముద్దపప్పులా అవుతావనుకోలేదు విక్కీ! ఏదో తమాషాకి అన్నాను, మన మధ్య ఏ అడ్డంకీ లేదు” అంటూ అనౌన్స్‌చేసింది వసుధ, అతని పెదవిని కొరుకుతూ.

అప్పటికి అర్థం అయింది వికాస్‌కి. వసుధ తనను ఆట పట్టిస్తుంది అని. ఆమెను అమాంతంగా రెండు చేతులపైనా ఎత్తుకుని బెడ్‌వైపుకి నడిచాడు.

“విక్కీ, నాతో కలవకపోయినా ప్రతిక్షణం నాతో కలిసి గడపాలి అన్న నీ ప్రేమకు దాసోహం అయిపోయానురా” అంది వసుధ అతని మెడచుట్టూ చేతులు వేసి అతని మొఖంపై ముద్దులవాన కురిపిస్తూ.

సత్యాన్వేషణ



శ్రీ లలితాదేవి స్తుతి

ప్రాతస్స్మరే పరశివాం లలితాం భవానీం
త్రయ్యంతవేద్య విభవాం కరుణానవద్యామ్।
విశ్వస్య సృష్టివిలయ స్థితిహేతుభూతాం
విద్యేశ్వరీం నిగమవాఙ్మనసాతిదూరామ్॥

పరశివా, లలితా, భవానీదేవిని ప్రాతఃకాలంలో స్మరిస్తున్నాను. వేదవేద్యమైన వైభవం ఆ తల్లిది. అపారకరుణామయి, విశ్వసృష్టి స్థితిలయకారిణి, విశ్వేశ్వరి, వాక్కులకూ మనసులకూ అందనిది ఐన ఆ లలితాదేవికి నమస్సులు. ❐

అష్టాదశ పురాణాలు

ఓ కష్టమైన విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవడం కష్టం. అయితే గుర్తుంచుకునే తేలిక ఉపాయాన్ని ప్రాచీనులు అన్ని సందర్భాల్లోనూ ఏర్పాటుచేశారు.

మ ద్వయం భద్వయంచైవ బ్రత్రయం
వ చతుష్టయమ్।
అ-నా-ప-లింగ-కూ-స్కాని పురాణాని పృథక్
పృథక్॥

'మ'తో మొదలయ్యే పురాణాలు 2- మత్స్య పురాణం, మార్కండేయ పురాణం.

అలాగే 'భ'తో మొదలయ్యే పురాణాలు 2- భవిష్య పురాణం, భాగవత పురాణం. 'బ్ర'తో మొదలయ్యే పురాణాలు 3- బ్రహ్మ, బ్రహ్మాండ, బ్రహ్మవైవర్తాలు. 'వ'తో 4- వరాహ, వాయు, వామన, విష్ణు అనేవి.

అగ్ని, నారద, పద్మ, లింగ, కూర్మ, గరుడ, స్కాంద పురాణాలు. మొత్తం పద్దెనిమిది. ❐

{ మనిషికి ఆహారం ఎంత ముఖ్యమో, ఆత్మకు దైవారాధన అంతే ముఖ్యం. }

16 కుడుముల తద్ది

(తేది : 12.9.2018)

తద్ది తద్దె అనే మాటలు రెండూ 'మూడవ తిథి' అనే అర్థాన్ని చెప్తాయి. భాద్రపద శుద్ధ తదియని '16 కుడుముల తద్దె- తద్ది' అని పిలిచారు. ఈ తదియ తద్ది తద్దె అనేవి కుడుములనీ- ఆ కుడుముల్నికూడా 16టిని చేయాల్సిన రోజుగా అయ్యేసరికి దీన్ని '16 కుడుముల తద్దె' అని పిలవసాగారు.

భాద్రపదమాసం వర్షఋతువులో వస్తుందికాబట్టీ, ఆవిరిమీద ఉడికిన పదార్థాలని తినడం మంచిదని మనకి ఆరోగ్యపరంగానూ, భక్తిపరంగానైతే ప్రధాన వినాయకుల సంఖ్య 16 కాబట్టీ, ఆ వినాయకారాధన జరిగే వినాయకచవితికూడా ఈ పండుగకి మరురోజే వస్తుంది కాబట్టీ, ఈ నెలనెలంతా కుడుముల్ని తినాలని చెప్పే పండుగ ఇదన్నమాట!

వాయన దానం

'ఇందిరా ప్రతిగృహ్ణాతి ఇందిరా వై దదాతి చ'

నీ ఇంటి లక్ష్మివైన నీకు నా ఇంటి లక్ష్మివైన నేనిస్తున్నానంటూ వాయనాన్నిచ్చుకుంటారు స్త్రీలు.

కాబట్టి ఇద్దరూ లక్ష్మీరూపాలే కదా! ఆ కారణంగా బొట్టూ, కాటుకా, చెవులకి దుద్దులూ, చేతులు రెంటికీ గాజులూ, మంగళసూత్రం, తలలో పుష్పాలూ, కాళ్ళకి లక్ష్మీదేవికిష్టమైన పసుపుపూతా వివాహితైతే మట్టెలూ ఉంటేనే అది లక్ష్మీరూపమవుతుంది కాబట్టి ఇద్దరూ వాయన దానకాలంలో ఇలాగే ఉండి తీరాలి. ❐

'హ్రీం'

హ్రీం అనేది ఓ గొప్ప బీజాక్షరం. అమ్మవారి నామాలకి ముందు 'హ్రీం' అనేదాన్ని కలిపి చదివినట్లయితే- అందునా శ్రావణమాస లక్ష్మీమాసం కాబట్టి ఈ మాసంలో చదివితే విశేష ఫలితం ఉంటుంది.

ముఖ్యంగా శరీరారోగ్యం కుదుటపడుతుంది. దానిక్కారణం 'హ'కారం స్థూలశరీరానికీ, 'ర' కారం సూక్ష్మశరీరానికీ, 'ఈ'కారం కారణశరీరానికీ సంకేతం కావడమే కాక ఈ 'హ్రీం'కారం భువనేశ్వరీ బీజవర్ణం కూడా అయింది కాబట్టి. ❐

గమనించాల్సినవి

సాక్షతైరర్చయే ద్విష్ణుం న తులస్యా గణేశ్వరమ్।
దూర్వాభిర్నార్చయే ద్దుర్గాం కేతక్యా న మహేశ్వరమ్॥

కేవలం అక్షతలతో విష్ణువునీ, తులసీదళాలతో గణపతినీ, గరికతో దుర్గాదేవినీ, మొగలిపూవుతో శంకరుణ్ణి అర్చించకూడదు.

హెల్త్ బిట్స్



Courtesy : GRUHASHOBHA

* వారి కాలం పాటలే

సంగీతాన్ని చికిత్సలో భాగంగా వాడటం ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరుగుతోంది.అయితే సంగీత ప్రభావం వయసునుబట్టి మారుతుందని అర్థమైంది. అందరికీ ఒకే రకపు సంగీతం కుదరదు అనేది తేలింది.

వారు పదిహేనేళ్ళనుండి ఇరవైఐదేళ్ళ మధ్యకాలంలో ఏ సంగీతాన్ని ఇష్టపడ్డారో, ఏ సినిమా పాటలు, గాయకుడి సంగీతాన్ని అభిమానించారో ఆ సంగీతం, ఆ పాటల ప్రభావమే వారి మనసుమీద వుంటుంది.

అందుకే ఏ తరంవారి పాటలు వారికి ముద్దుగా వుంటాయి.

పాతతరంవారికి ఈ తరం పాటలు నచ్చకపోవటం, వాయిద్యాల గోలగా, సాహిత్యం లేనిదిగా అనిపించటం సహజం. సరైన వయసులో విన్న పాటలు, సంగీతమే మనసులో స్థిరపడుతుంది. తిరిగి ఆ పాటలే వారికి వినిపించినప్పుడు వారి మనసు ఒక్కసారిగా వెనక్కి వెళుతుంది.

అలా వయసు తగ్గిన మానసిక భావన వారి రోగాన్ని తగ్గించటంలో సహాయపడుతుంది. ఇదీ సంగీత చికిత్స వెనకున్న రహస్యం. అందుకే ఇంటిలోని పెద్దలు ఆ పాత పాటలు పెట్టరా! అని అడుగుతుంటారు. ◆

* శవాసన సాధన

శవం అంటే ప్రాణం లేని శరీరం. శవంలా మారాలని ఎవరూ అనుకోరు. మరణాన్ని శాశ్వత నిద్ర అంటారు. యోగ విద్యలో అటువంటి నిద్రవైపుకు వెళ్ళాల్సిన అవసరం వుంది.

దానిని 'యోగ నిద్ర' అంటారని చెపుతుంది. దీనినే శవాసనం అని కూడా అంటారు. శవాసనం ఐదారు నిమిషాలు వేయగలిగితే గంటసేపు నిద్రిస్తే కలిగే లాభాలన్నీ కలుగుతాయి.అంతటి మేలు చేకూర్చే శవాసనంలో వెల్లకిలా పడుకుని, చేతులు, కాళ్ళు రిలాక్స్ చేసి, కళ్ళు మూసుకుని ప్రశాంతంగా వుండాలి. శిరస్సునుండి పాదాల వేళ్ళవరకు ప్రతి అంగుళం రిలాక్స్ అయ్యేలా చూడాలి.

ఆలోచనలు అటూ ఇటూ పోనివ్వకూడదు.అలా పడుకోగలిగితే మనసు ప్రశాంతపడుతుంది. శరీరాన్ని దానంతట అదే నెమ్మదిగా 'రిలాక్స్'చేస్తుంది. ఇది ఎంతో మేలు చేసే ఆసనం.

పదినిమిషాలు ఆ ఆసనంవేసి లేచినప్పుడు అర్థమవుతుంది ఎంతగా మార్పు పొందినది. ◆

* టీనేజ్‌లో బ్రా



Courtesy : ADORNA

ఒక వయసు రాగానే పెరిగే స్తనాలకు బ్రా అవసరం. టీనేజ్ అమ్మాయిల నడకమీద, ఆత్మస్థైర్యం మీద కూడా బ్రా ప్రభావం వుంటుంది.

వారికి అసౌకర్యం కలిగించే బ్రా వేసుకున్న అమ్మాయిలు చాలా బాగా ఇబ్బందిపడుతుంటారు.

అంతేకాక టీనేజ్ అమ్మాయిలకు సరైన సైజు బ్రా లేకుంటే వారి స్తనాల ఎదుగుదలలో కూడా తేడా వుంటుంది. కాబట్టి మీ అమ్మాయిలకు సరిగ్గా సరిపోయిన బ్రాని కొనిపించండి.

వున్నటువంటి బ్రా మోడల్స్‌లో ఏది వేసుకున్నప్పుడు వారికి సౌకర్యంగా అనిపిస్తుందో, వేసి చూసుకున్న తర్వాతే కొనుక్కోమనండి. అన్నిరకాలుగా ఫిట్టింగ్ సక్రమంగా వుండటం అవసరం.

ఆ విషయం తల్లులు తమ అనుభవం జోడించి టీనేజ్ అమ్మాయిలకు చెప్పటం చాలా అవసరం.

స్తనాలను చక్కగా నిలబెట్టిన బ్రా వేసుకున్న అమ్మాయిలో కనిపించే మార్పును ఇట్టే పసిగట్టగలరు. ◆

* ముద్దు చిక్కులు

ప్రేమ కలిగితే ముద్దాడతారు.మిగిలిన శరీరభాగాల మీద ముద్దు పరవాలేదుగాని పెదవులమీద ముద్దులో ఆరోగ్య అంశం కూడా జతఅయి వుంటుంది. దంతాలమీద గారపేరుకుని వున్నవారిని ముద్దాడినప్పుడు వానుండి బ్యాక్టీరియా రెండవవారికి చేరే అవకాశముంది.

అది అంత భయపడాల్సినస్థాయిలో జరగదని అంటున్నారు. ఇద్దరిలో ఒకే తరహా బ్యాక్టీరియా వుండే అవకాశం ఐదుశాతంకన్నా ఎక్కువ వుండవు. ఒకరిలోవున్న బ్యాక్టీరియా ముద్దుద్వారా రెండవవారిలోకి చేరే అవకాశం 20-30 శాతం వుంటుంది. ముద్దుతో శృంగారం మొదలుపెట్టే ముందు ఒకసారి నోటిని శుభ్రపరుచుకోవాలి. సెక్స్‌లో దంత ఆరోగ్యం పాత్ర వుంటుంది. దుర్వాసనలతో కూడినముద్దులను ఎవరూ భరించలేరు. అందుకే దంత ఆరోగ్యం సెక్స్ జీవితానికి అవసరం అంటున్నారు.



Courtesy : ANANDALOKMAG

లంచ్ బాక్స్



Courtesy :VANITHA

స్కూళ్ళకు, కాలేజీలకు వెళ్ళే పిల్లలున్న ప్రతి ఇంట్లోనూ ప్రతిరోజూ లంచ్ బాక్స్ టెన్షన్ తప్పదు. కష్టపడి ఉదయాన్నే పదార్థాలు తయారుచేసి, లంచ్‌బాక్స్ సర్దితే, సాయంత్రం అది సగం ఇంటికే తిరిగి వచ్చేస్తుంటుంది.

ఇది నిజంగా అమ్మకు ఆదుర్దా కలిగించే విషయమే. వారి కంటికి ఇంపుగా కలర్‌ఫుల్‌గా, రుచిగా పోషకాలతో వుండేవిధంగా వెరైటీగా ప్లాన్‌చేస్తే ఖాళీ డబ్బాలు వెనక్కు వస్తాయి. వయస్సుకు తగినట్లు కొన్ని ఆహార ఐడియాలు తెలుసుకోండి.

ప్రీస్కూలర్లకోసం

ఏం ప్యాక్స్ చేయవచ్చు?

- మినీ బీట్‌రూట్ & పెసరపప్పు ఇడ్లీలు. (వీటిలో ప్రొటీన్ అత్యుత్తమంగా ఉంటుంది.)
- పుచ్చకాయ లాలీస్- (నీటిశాతంకోసం)
- ఛీజ్ క్యూబ్స్- (క్యాల్షియం ఎక్కువ)
- కీరాముక్కలు- (వీటిలో పీచు ఎక్కువ)

మినీ బీట్‌రూట్, పెసర ఇడ్లీలు

కావాల్సిన పదార్థాలు : అరకప్పు పెసరపప్పు, అరకప్పు మినప్పప్పు, ఒక టీస్పూన్ మెంతిగింజలు, రుచికి తగినంత ఉప్పు,రెండు టీస్పూన్లు నూనె,ఒక టీస్పూన్ ఆవాలు, ఒక టీస్పూన్ మినప్పప్పు, కరివేపాకు, ఒక చిన్నసైజు బీట్‌రూట్ తురుము.

తయారుచేసే విధానం : పప్పులు, మెంతిగింజలు కడిగి నాలుగుగంటలసేపు నానబెట్టుకోవాలి.

నానబెట్టుకున్న నీరు కొద్దిగా వుంచి మిగతావి ఒంపేయాలి. పప్పులు మృదువుగా రుబ్బుకోవాలి. పక్కన ఉంచుకున్న నీటిని ఉపయోగించుకోవాలి.

ఆరుగంటలు లేదా రాత్రంతా నాననివ్వాలి. పిండి పైకి పొంగుతుంది. నూనె వేడిచేసి ఆవాలువేసి, చిటపటలాడాక మినప్పప్పు, కరివేపాకు వేసుకోవాలి. ఈ తాలింపును పిండిలో కలపాలి. సన్నగా తురిమిన బీట్‌రూట్‌కూడా కలుపుకోవాలి.

మినీ ఇడ్లీ మౌల్డ్స్‌కు నూనె రాసి, పిండి మిశ్రమాన్ని నింపి ఇడ్లీ కుక్కర్ లేదా ప్రెజర్ కుక్కర్‌లో (వెయిట్ లేకుండా) స్టీమ్ చేయాలి.ఇడ్లీలు కుక్కర్‌నుంచి తీసి, కొద్దిసేపాగి స్పూన్‌తో తీసేయాలి.



లంచ్ బాక్స్‌లో ప్యాక్‌చేస్తే కలర్‌ఫుల్‌గానే కాదు, పూర్తి పోషకాలతోనూ ఉంటుంది.

వాటర్‌మెలూన్ లాలీస్ : పుచ్చకాయ ముక్కలు కోసి,టూత్ పిక్ వాడుతూ గింజలు తీసేయాలి. వీటికి చిన్నచిన్న బాంబుస్టిక్స్ గుచ్చి, పుదీనాఆకులు జిమ్మి,చక్కగా ప్యాక్‌చేసి ఇవ్వాలి.

ప్రీ-టీన్స్ కోసం

ఏం ప్యాక్స్ చేయవచ్చు?

- పనీర్‌రోల్ (పూర్తిధాన్యాలతో క్యాల్షియం)
- చిల్లీ హమ్మస్ (ప్రొటీన్)
- కూరగాయల స్టిక్స్ (ఫ్యాట్,క్యాలరీలు తక్కువ
- డ్రైఫ్రూట్ మిక్స్ (పీచు)

పనీర్ రోల్స్

కావాల్సిన పదార్థాలు: రెండువందల గ్రాములు పనీర్ ముక్కలు, ఒక టేబుల్‌స్పూన్ నూనె, ఒక ఉల్లిపాయ, క్యాప్సికం, ఒక టేబుల్ స్పూన్ అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్ట్, రుచికి ఉప్పు, ఒక టీస్పూన్ ధనియాలపొడి,

అర టీస్పూన్ జీరపొడి, పావు టీస్పూన్ కారం, పావు టీస్పూన్ పసుపు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ కసూరి మేథి, ఒకటీస్పూన్ వాముపొడి,

ఒక టొమోటో, పావు టీస్పూన్ గరంమసాలా, నాలుగు పెద్ద చపాతీలు, నాలుగు టేబుల్ స్పూన్లు చిక్కని గ్రీన్‌చట్నీ.

తయారుచేసే విధానం : వేడినీరు పోసిన బౌల్‌లో పనీర్ ముక్కలుంచాలి. మూకుడులో నూనె వేడిచేసి, ఉల్లిపాయలు,క్యాప్సికం ముక్కలువేసి ఎక్కువ సెగపై వేయించాలి. కొద్దిసేపు ఆగి సెగ తగ్గించి అందులో అల్లం-వెల్లుల్లి పేస్ట్ కలపాలి. ఉడికించాలి.

ఉప్పు, ధనియాలపొడి, జీరపొడి, కారం, పసుపు, కసూరి మేథి, వాముపొడి వేసి బాగా కలియబెట్టాలి. తరిగిన టమోటో ముక్కలు వేసుకోవాలి.

పనీర్ ముక్కల్ని నీటినుంచి వడకట్టి, బాగా కలిపి





ష్టవ్ కట్టేసి పక్కనుంచుకోవాలి. ప్రతి చపాతీపైనా ఒక టేబుల్ స్పూన్ గ్రీన్‌చట్నీ పరిచి ఒకటి, రెండు టేబుల్ స్పూన్లు ఫిల్లింగ్‌పై వేసి, రోల్ చేసుకోవాలి.

గ్రీన్ చట్నీ తయారీకోసం : కొత్తిమీర, పుదీనా ఒక్కో కప్పు తీసుకుని అందులో ఓ పచ్చిమిరపకాయ,నాలు గైదు బాదంపప్పులు వేసి ఉప్పు, చిటికెడు పంచదార, నిమ్మరసం వేసి గ్రైండ్ చేయాలి.

చిల్లీ హమ్మస్ : రెండు కాశ్మీరి మిరపకాయలు, ఒక ఎండుమిరపకాయను వేడినీళ్ళలో కొద్దిసేపు నానబెట్టాలి. ఒక కప్పు ఉడికించిన శనగలు, నానబె ట్టిన మిరపకాయలు, రెండు, మూడు వెల్లుల్లి రెబ్బలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ నువ్వుల పేస్ట్, ఒక నిమ్మకాయ రసం, ఉప్పు కలిపి గ్రైండ్ చేయాలి. అవసరం అయితే అందులో శనగలు ఉడికించిన నీరు లేదా మామూలు నీళ్ళు కలుపుకోవాలి. బాక్స్‌లో నేరుగా వేసి ఇవ్వవచ్చు లేదా, డిప్‌గా,స్ప్రెడ్‌గా ఉపయోగించుకోవచ్చు.

ప్రాథమిక స్కూల్‌కి వెళ్ళేవారికి

ఏం ప్యాక్ చేయాలి :

- జొన్నలు, రాజ్‌మా పట్టీలు (కార్బోహైడ్రేట్స్)
- యాపిల్ యోగర్ట్(పీచు, ప్రొటీన్)
- స్టీమ్డ్ బ్రొకోలి (క్యాల్షియం)
- ద్రాక్ష (విటమిన్లు)

జొన్నలు, రాజ్‌మా పట్టీలు

కావాల్సిన పదార్థాలు : ఒకటీస్పూన్ నూనె,చిన్న ఉల్లిపాయ, ఒక పచ్చిమిరపకాయ, అరకప్పు ఉడి కించిన జొన్నలు, కప్పు ఉడికించిన రాజ్‌మా, 50 గ్రాములు ఛీజ్ తురుము, రుచికి ఉప్పు, ఒక టీస్పూన్ ఛాట్ మసాలా, టీస్పూన్ జీరపొడి, పావు టీస్పూన్ కారం, ఒక టేబుల్ స్పూన్ కార్న్‌ఫ్లోర్, గుప్పెడు కొత్తి మీర, వేయించడానికి నూనె.

తయారుచేసే విధానం : చిన్నమూకుడులో నూనె వేడిచేసి ఉల్లిపాయలు, పచ్చిమిర్చివేసి మెత్తబడేదాకా వేయించాలి. పక్కన ఉంచి, చల్లారనివ్వాలి. పెద్ద బౌల్‌లో నూనె మినహా మిగతా పదార్థాలు వేయించిన ఉల్లిపాయలు వేసి బాగా కలుపుకోవాలి.

మిశ్రమాన్ని పట్టీల మాదిరి నొక్కి, నూనె రాసిన ప్లేట్‌లో సర్ది, మూతపెట్టి, ఫ్రైచేసుకునేదాకా ఫ్రిజ్‌లో ఉంచాలి. కొద్దిగా నూనె వాడుతూ బ్రౌన్‌కలర్ వచ్చి, క్రిస్పీగా అయ్యేదాకా నూనెలో వేయించాలి. లంచ్ ప్యాక్ చేయడానికి ముందు చల్లారనివ్వాలి.

(జొన్నలు, రాజ్‌మా బాగా కడిగి ఇరవై నిమిషాలు నానబెట్టి బాగా మెత్తబడేవరకు ఉడికించుకోవాలి)

యాపిల్ యోగర్ట్ : యాపిల్స్ చెక్కుతీసి ముక్కలు కట్ చేసుకోవాలి. తర్వాత కొద్దిగా నీరు జిమ్మి మెత్తబడేదాకా ఉడికించాలి. తేలిగ్గా చిదిమి, రెండు టేబుల్ స్పూన్లు బ్రౌన్ షుగర్, చిటికెడు దాల్చిన చెక్కపొడి కలిపి చల్లారని వ్వాలి. చిక్కని పెరుగు, నీరు లేకుండా వడకట్టి కలపాలి. కిస్మిస్, తరిగిన వాల్‌నట్స్ కావా లనుకుంటే కలుపుకోవచ్చు.



టీనేజర్ల కోసం

ఏం ప్యాక్స్ చేయవచ్చు?

- చనా తవా పలావ్ (ప్రొటీన్, ఫైబర్)
- వెజ్ మిడ్లె సలాడ్ (విటమిన్లు, ఖనిజాలు)
- మామిడి లేదా ఏదైనా సీజనల్ పండ్ల ముక్కలు (బీటాకెరొటిన్)
- రైతా (క్యాల్షియం)

చనా తవా పలావ్

కావాల్సిన పదార్థాలు : అరకప్పు బాస్మతి బియ్యం (నీళ్ళలో 20 నిమిషాలు నానబెట్టుకోవాలి) ఒక టేబుల్ స్పూన్ నూనె, ఒక ఉల్లిపాయ,

ఒక క్యాప్సికం, ఒక పచ్చిమిరపకాయ, ఒక టేబుల్ స్పూన్ అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్ట్, ఒక టీస్పూన్ ధనియాల పొడి, అర టీస్పూన్ జీలకర్ర, పావు టీస్పూన్ కారం, అరటీస్పూన్ కాశ్మీరీ కారం, చిటికెడు పసుపు,

రుచికి ఉప్పు, రెండు టొమేటోలు, కప్పు ఉడికిం చిన శనగలు, గుప్పెడు కొత్తిమీర, ఒక టేబుల్ స్పూన్ బట్టర్, అరచెక్క నిమ్మరసం.

తయారుచేసే విధానం : బియ్యం మెత్తబడేదాకా ఉడికించి పక్కన ఉంచుకోవాలి. పెద్ద మూకుడులో నూనె వేడిచేసి, ఉల్లిపాయముక్కలు వేసి తేలికపాటి బ్రౌన్ కలర్‌లోకి మారేదాకా వేయించాలి.

క్యాప్సికం, పచ్చిమిరపకాయముక్కలు వేసి, కొద్ది నిమిషాలు వేగనివ్వాలి. అందులో అల్లం, వెల్లుల్లి పేస్ట్‌వేసి పచ్చి వాసనపోయేదాకా ఉడికించాలి.

అన్ని మసాలా పొడులు, ఉప్పు కలిపి కొద్ది సెకన్లు వేయించాలి. టొమేటోలు కలిపి గుజ్జు అయ్యేదాకా ఉడకనివ్వాలి. సెగ పెంచి, ఉడికించిన అన్నం, శన గలు వేసి, రెండు నిమిషాలు వేగనివ్వాలి.

చివరిలో కొత్తిమీర, వెన్న, నిమ్మరసం కలుపు కోవాలి. కొద్దిగా ఆరనిచ్చి, ప్యాక్ చేయాలి.

వెజ్ మెడ్లె సలాడ్ : కీరా, క్యాప్సికం, బేబీకార్న్, చిన్న టొమేటోల వంటి ఏ సలాడ్ కూరగాయలు అయినా సన్నగా తరగాలి. క్యారెట్ తురుముకోవాలి. తేనె, నిమ్మరసం, ఉప్పు, మిరియాలపొడి, టేబుల్ స్పూన్ పొద్దుతిరుగుడు గింజలు లేదా వేరుశనగపప్పువేసి, చక్కగా కలిపి ప్యాక్ చేయాలి.

పి.లావణ్య



Courtesy: PARENT CIRCLE

"నీకు అబద్ధం ఆడడం కూడా చేత కాదని నాకు తెలుసుకాని, నాన్న గుర్తొచ్చారా?" లాలనగా అడిగింది అభిజ్ఞ తల్లిపక్కనే కూర్చుంటూ.

బదులు చెప్పలేదు సుహాసిని. గుర్తురావడానికి తాను తేజస్విని మరచిపోతే కదా! ఈ ప్రపంచంలో ఏ భర్తా ఏ భార్యకూ ఇవ్వలేనంత ఆనందాన్ని, మానసిక తృప్తిని తనకి పంచి ఇచ్చిన ప్రేమమూర్తి అతడు.

అలాంటి ప్రాణసఖుడిని నిద్రలో సైతం మరవలేదు. గుండెలోతుల్లో నిక్షిప్తమైన అనురాగధారలని వెలికితెచ్చి ఒక ప్రవాహంగా మార్చిన భగీరథుడతడు.

"ఏమైందమ్మా? నాతో చెప్పవూ! నువ్వలా డల్‌గా ఉంటే నాకేదోలాగా ఉంటుంది... ప్లీజ్ అమ్మా" అంటూ తల్లి ఒడిలో ముఖం దాచుకుంది అభిజ్ఞ.

సుహాసిని కాస్త తెప్పరిల్లింది. జరిగింది ఇంకా బయట ప్రపంచానికి తెలియదు. తన అభ్యర్థన మేరకు ఎస్పై ధనుంజయ్ ఇంకా ఈ విషయాన్ని మీడియాకి రిలీజ్ చేయలేదు. చనిపోయింది పుర ప్రముఖుడు. ఇవాళ కాకపోతే రేపన్నా ఈ విషయం నలుగురికీ తెలియక మానదు.

అప్పుడు విషయం తెలుసుకుంటే అభిజ్ఞముందు తాను దోషిగా నిలబడక తప్పదు.

ఈలోపు తనే ఈ విషయం ఆమెకు చెప్పి మానసికంగా ఆమెను సిద్ధంచేయడం మంచిదేమో!

ఒక్కక్షణం మదిలో మెదిలిన ఈ ఆలోచనకే గడగడ వణికిపోయింది సుహాసిని.

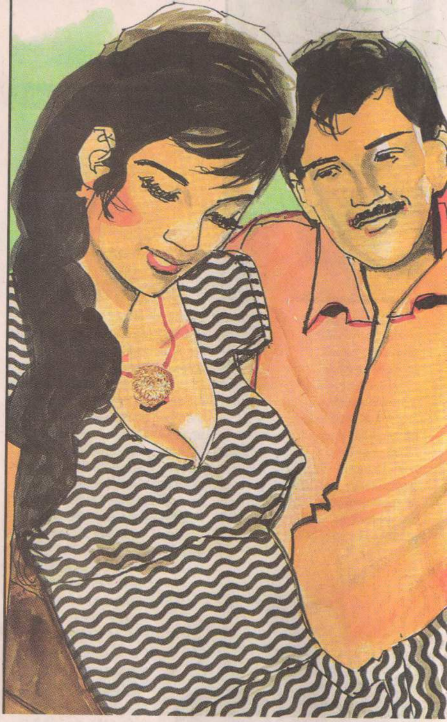
ఈ విషయం తెలిసిన తన బంగారుతల్లి తనను అపరాధిలా భావించి, తనను ద్వేషించడం ప్రారంభిస్తే... అమ్మో! తాను తట్టుకోగలదా!

జరిగేది జరగక మానదు... ఇప్పటినుంచీ తాను ఓపెన్ అయిపోయి అభిజ్ఞను డిస్టర్బ్ చేయడం దేనికి! ఇప్పటినుంచీ అసహ్యాన్ని వెదజల్లే ఆ చూపులను భరించి కలతచెందడం దేనికి!

ఆ భగవంతుడు తన పక్షాన ఉంటే ఏ నిందా పడకుండా,తాను బయటపడుతుంది. అంతవరకు ఈ తన మనసుని దహించివేసే ఈ బడబాగ్నిని తనలోనే దాచుకోవడం మంచిది.

కన్నీళ్ళు దిగమింగుకుంటూ తన ఒళ్ళో పడుకున్న కూతురి ముఖం నిమురుతూ "ఏమీ లేదన్నాగా తల్లీ... ఏవో వర్క్ టెన్షన్స్, పరీక్షలు దగ్గరకొస్తున్నాయి. కోర్స్ కంప్లీట్ అవడంలేదని మా ప్రిన్సిపాల్ ఒకటే చిందులు తొక్కుతున్నాడు. దానితో కాస్త స్ట్రెస్ ఫీల్ అవుతున్నాను. అంతకుమించి వేరే ఏమీలేదు. ఒకవేళ ఉంటే నా బంగారుతల్లి దగ్గర దాస్తానా!" అంది అభిజ్ఞ నుదురు ముద్దాడుతూ.

"నువ్వలా కామ్‌గా ఉంటే నాకు తోచదమ్మా...



యు ఆర్ మై బెస్ట్ ఫ్రెండ్..." తల్లి మెడచుట్టూ తన చేతులని హారంలాగా పెనవేసి గారాలుపోయింది అభిజ్ఞ. "లవ్ యు రా తల్లీ... నీ స్టడీస్ ఎలా ఉన్నాయి? ఈ సెమిస్టర్‌లో కూడా నువ్వేనా టాపర్‌వి?" అని అడిగింది సుహాసిని తేటగా నవ్వుతూ.

"ఏమోనమ్మా...నీకు తెలుసుగా... నాకు సుష్మకి ఎప్పుడూ టై పడుతుందనీ... ఈసారి ఏమౌతుందో! నాకు సుష్మని చూస్తే చాలా ఆశ్చర్యంగా ఉంటుంది మమ్మీ.. అంతగా ఫైనాన్షియల్ సపోర్ట్, ఈరోజుల్లో సామాన్య కుటుంబాలకి సైతం అందుబాటులో ఉన్న కనీససౌకర్యాలు కూడా లేని ఫ్యామిలీ నుంచి వచ్చిన అమ్మాయి... అంత పట్టుదలగా ఎలా చదువుతుందోనని" ఆశ్చర్యంగా అంది అభిజ్ఞ.

"అది ఆ అమ్మాయికి భగవంతుడిచ్చిన గొప్ప వరం అభీ...ఆ దేవుడు కొందరికి కొన్ని గొప్పలక్షణాలిస్తాడు.... సుష్మకి కూడా అలాంటి ప్రత్యేకత నిచ్చాడు. ఒకటడుగుతాను చెప్తావా?" సుహాసిని కూతురి జుట్టు సవరిస్తూ అడిగింది.

అడగమన్నట్లుగా చూసింది అభిజ్ఞ. విచ్చుకున్న పలుచని పెదవులమీద నుంచి జాలువారిన కల్మషం



జరిగిన కథ 4

సత్యకుమార్ అనే ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త హత్యచేయబడతాడు.అతని భార్య వైశాలికి సుహాసినిమీదఅనుమానం. వైశాలి ఫిర్యాదు మేరకు సుహాసినిని పోలీస్‌స్టేషన్‌కు రప్పిస్తాడు ఎస్.ఐ. ధనుంజయ్.

సుహాసిని గవర్నమెంట్ కాలేజీలో ఫిజిక్స్ లెక్చరర్. ఆమె భర్త చనిపోతాడు. ఒక్కతే కూతురు. పేరు అభిజ్ఞ. ఆమె స్నేహితురాలు సుష్మ. త్వరగా సత్యకుమార్ కేసును సాల్వ్ చేయమని ఎస్.ఐ. ధనుంజయ్‌కి చెబుతాడు సి.ఐ. లోహితుడు. తనభర్త సౌందర్యారాధకుడని ధనుంజయ్‌తో చెప్పి ఓసారి సుహాసిని ఇంటికి వెళ్ళినప్పుడు జరిగిన సంఘటనను గుర్తుచేసుకుంటుంది. సెక్యూరిటీ అతనివల్ల సత్యకుమార్ రోజూ సుహాసిని ఇంటికి వస్తుంటాడని తెలుసుకుంటుంది. దాంతో సుహాసినికి, తన భర్తకి సంబంధంవుందని అపోహపడుతుందివైశాలి.

సుహాసిని మనిద్దరికీ బట్టలు కొనిపెట్టారని తల్లి కనకంతో సుష్మ చెబుతుంది. కనకానికి కూతురిమీద డౌట్ ఏర్పడుతుంది. కనకానికి తన భర్త శేషుఅంటే వల్లమాలిన ప్రేమ. కూతురి మనసులోని భయంకరమైన ఆలోచనలు కనకానికి తెలీవు. ఇక చదవండి.

ఉచ్చు

కె.కె.భాగ్యశ్రీ

లేని చిరునవ్వు పచ్చని చెక్కిళ్ళదాకా పాకిన వైనం అద్భుతంగా ఉంది.

ఆ నవ్వు తేజస్వినీని మరిపించింది ఒక్కక్షణం.

"సుష్మని చూస్తే నీకు అసూయగా అనిపించదూ! చదువులోనూ, అందంలోనూ నీకు ధీటుగా, పోటీగా నిలిచే ఆ అమ్మాయితో స్నేహం చేయడం నీకు ఇబ్బందిగా అనిపించదూ!" అడిగింది సుహాసిని.

కూతురు ఏమని బదులిస్తుందోనని ఆమె ఉద్వేగంగా ఎదురుచూడసాగింది.

మళ్ళీ నవ్వింది అభిజ్ఞ. ఈసారి ఇంకా అందంగా అనిపించింది ఆ నవ్వు. తేజస్వి పోలికలు పుణికిపుచ్చుకున్న కూతుర్ని చూసి మాతృగర్వంతో పులకించిపోయింది సుహాసిని.

"ఎందుకమ్మా అసూయ... తనలాంటి అమ్మాయితో స్నేహం చేయడం నా భాగ్యంగా భావిస్తాను. కొందరిలో కొన్ని ప్రత్యేకతలుంటాయి. ఈ మాట నువ్వే చెప్పావిందాక. సుష్మలో కూడా అదే ప్రత్యేకత ఏదో కనిపిస్తోంది.

తనను చూసి జెలసీ ఫీలయ్యే సమస్యేలేదు... అన్నీఅమరిన నాలాంటివాళ్ళు చదువుకోవడంలో వింతేమీ లేదు.

కానీ, ఏ బ్యాక్‌గ్రౌండ్ లేకుండా అలా మీదకి ఎదగడం సామాన్య విషయంకాదు. షి ఈజ్ సోగ్రేట్" నింపాదిగా బదులిచ్చిన కూతురిని చూసి సుహాసిని ఆనందంతో ఉబ్బితబ్బిబ్బయింది.

అన్నీ తేజస్విలోని సుగుణాలే... ఎదుటివ్యక్తిలోని లోపాలనికాక, మంచిబుద్ధులని ఎంచి వారి వ్యక్తిత్వాన్ని అంచనా వేసేవాడు తేజస్వి. ఎవరినీ పొరపాటున కూడా వేలెత్తి చూపించేవాడు కాదు.

తాను ఎవరిలోని బలహీనతల గురించి ప్రస్తావించినా సరే ఊరుకునేవాడు కాదు.

"చూడు సుహా... ఒక మనిషి వ్యక్తిత్వాన్ని వాళ్ళలోని మైనస్ పాయింట్స్‌నిబట్టి కాక, ప్లస్ పాయింట్స్‌ని బట్టి అంచనా కడితే బాగుంటుందని నా ఉద్దేశ్యం. ఏమనిషీ కూడా బలహీనతలకి అతీతుడు కాదు" అంటూ వారించేవాడు.

ఇప్పుడు కూతురిని ఆవిధంగా అడగడంలో సుహాసిని ఆంతర్యం వేరు. తాను చాలాసార్లు గమనించింది సుష్మని. దగ్గరగా గమనించినప్పుడు ఆమె కళ్ళలో మెరమెరలాడే అసూయాభావాన్ని.

బయటకు నవ్వుతూ మాట్లాడుతున్నా ఆమెముఖ కవళికల్లో మాత్రం అభిజ్ఞ పట్లగల ఈర్ష్య ప్రస్ఫుటించేది. అది తన భ్రమకావచ్చునని సరిపెట్టుకుంటోంది. కూతురి మనసులో ఆమెపట్ల ఏ భావం ఉందో తెలుసుకుందామని ఆ ప్రశ్న వేసింది.

కాని, కూతురి ఆలోచనా విధానం, ఆమె ఇచ్చిన సమాధానం విన్నాక తృప్తిగా నిట్టూర్చింది సుహాసిని. ఆమె పాజిటివ్ థింకింగ్‌కి అబ్బురపడింది.

ఉత్తమగుణాలు, సంస్కారం అనేవి తల్లిదండ్రులనుంచి పిల్లలకి వారసత్వంగా వస్తాయి అంటారు.అదేవిధంగా తేజస్వి యాటిట్యూడ్‌ని పుణికిపుచ్చుకున్న కూతురినిచూసి ఒక తల్లిగా ఆమె హృదయం ఉప్పొంగిపోయింది.

ఏ తల్లిదండ్రులైనా తమ పిల్లలకి వారసత్వంగా అందించవలసింది భౌతిక సుఖాలను అందించే ఆస్తిపాస్తులు కావు, హృదయాంతరాళాలను వెలిగించి, జ్ఞానకాంతుల్తో దేదీప్యమానంగావించే శీలసంపదని. ఆ సంపద తన అభి దగ్గర పుష్కలంగా ఉంది.

ఆ సంపదను వినియోగించుకుని ఆమె ఒక ఉన్నత వ్యక్తిగా ఎదుగుతుందనడంలో ఏమాత్రం సందేహం లేదు. ముందుకువంగి అభిజ్ఞ నుదుటి మీద చుంబిస్తూ "ఐయామ్ ప్రౌడ్ ఆఫ్ యు మై చైల్డ్" అంది సుహాసిని ఆర్తిగా.



చేద్దామంటే అతడు ఎక్కడ వున్నాడో తెలియదు.

వైశాలి ఏమో తన భర్త సుహాసిని ఇంటికి వెళ్ళాడూ అని ఘంటాపథంగా చెప్తోంది. సుహాసినేమో అసలు అతడిని ఎక్కువ సార్లు చూడనేలేదూ అంటోంది. ఏది నమ్మాలో తెలియడంలేదు.

హత్య జరిగిన ప్రదేశంలో ఏ విధమైన క్లూలూ దొరకలేదు.

పోనీ సత్యకుమార్‌కి శత్రువులెవరన్నా ఉన్నారా అంటే అదీ లేదని తెలుస్తోంది...

ఇన్నిరకాల 'తెలియదు' అన్న సమాధానాల మధ్యన మనం నిజాలనెలా కనిపెట్టగలమో అదీ తెలియడంలేదు" అంటూ హెడ్ కానిస్టేబుల్ సోమయాజులు ముందు వాపోయాడు ధనుంజయ్.

"అలా నిరుత్సాహపడితే ఎలా సార్?

అతడిని ఇంతటి హీనమైన మరణానికి లోనయ్యేలా చేసిందా! ఆలోచిస్తున్నకొద్దీ ధనుంజయ్ బుర్ర మరింతగా వేడెక్కిపోతోంది.

సత్యకుమార్ సుహాసిని ఇంటికి తరచుగా వెళ్తున్నాడు అని అక్కడి సెక్యూరిటీ చెప్పాడని వైశాలి చెప్పింది. కాబట్టి అతడిని విచారిస్తే ఏమన్నా ఆధారాలు దొరకవచ్చును.

ధనుంజయ్‌లో కొత్త ఉత్సాహం చిగురించింది. హుషారుగా లేచి టోపీ అందుకుంటూ 'యాజులు గారూ ఫాలో మీ" అంటూ తన బైక్‌కేసి నడిచాడు. అతడిని అనుసరించాడు సోమయాజులు...

"ఏమిటీ... ఈ మధ్యన దేవిగారి దర్శనాలే కరువైనాయి? నిన్ను చూసి అప్పుడే వారం పైనే అయ్యింది తెలుసా?" రింగులు రింగులుగా సుష్మ నుదుటిమీద పడుతున్న ఉంగరాల ముంగురులతో ఆడుకుంటూ అడిగాడు వినీత్.

"ఏంచేయమంటావు? నాకు మాత్రం నిన్ను

స్వంత గొంతు

'ఛలో' ఫేమ్ రష్మిక మండన్నా తెలుగమ్మాయి కాకపోయినా భాషా సరిహద్దుల్ని చెరిపేసే ప్రయత్నాల్లో సుదీర్ఘంగా మునిగిపోయింది. 'గీతగోవిందం'తో అవకాశాల్లో, గుర్తింపులో అందలం ఎక్కేసిన రష్మిక తదుపరి సినిమా 'దేవదాస్'లో స్వయంగా డబ్బింగ్ చెప్పడానికి ఎగ్జయిట్ అవుతున్నది.

'గీతగోవిందం'లోనే స్వంతగళం విప్పే ప్రయత్నాలు చేసింది కాని, డేట్లు సమస్యవల్ల చిత్రనిర్మాతలు డబ్బింగ్ ఆర్టిస్టులకే ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. కాని, స్వంతగొంతువల్ల ఎమోషన్లను బాగా పండించగలనన్న అభిప్రాయంతో, 'దేవదాస్' డబ్బింగ్‌కోసం ముందుగానే డేట్లు సర్దుబాటు చేసుకున్నదట!

"లవ్ యు మామ్..." అంటూ ఆమె గుండెల్లో గువ్వలా ఒదిగిపోయింది అభిజ్ఞ.

"ఏమిటోనండీ యాజులుగారూ... సత్యకుమార్ కేసులో ఇన్వెస్టిగేషన్ ఓ కొలిక్కి రావడం లేదు... ఎక్కడ వేసిన గొంగళి అక్కడే అన్న చందాన ఉంది. హత్య జరిగిందని ఎవడో అపరిచితుడు కాల్ చేసి చెప్పాడు.

ఆ వ్యక్తికి ఈ హత్యతో ఏమిటి సంబంధమో... అసలు ఆ సంబంధం ప్రత్యక్షమో... పరోక్షమో తెలియడం లేదు. గెస్ట్‌హౌస్ వాచ్‌మెన్‌ని ఇంటరాగేట్

ఎన్నో కాంప్లికేటెడ్ కేసులు పరిష్కరించిన మీకు ఈ కేసొక లెక్కలోనిదా చెప్పండి!

మీరు గట్టిగా తలచుకోవాలే కాని, తమరికిదో లెక్కలోనిది కాదు" ధనుంజయ్ సంగతి తెలిసినవాడిగా అన్నాడు సోమయాజులు.

"నిజమేనండీ... కాని, ఎక్కడా ఏ క్లూ దొరికి చావడంలేదు కదా! వెంట్రుకవాసి ఆధారం దొరికినా క్షణాలమీద అంతు తేల్చేయనూ!" అంటూ నిట్టూర్చాడు ధనుంజయ్ ఉస్సురని.

సత్యకుమార్ స్నేహితులని, దగ్గర బంధువులని విచారిస్తే అతడు అజాత శత్రువని తేలింది.

సాటివ్యక్తులపట్ల దయ, సానుభూతి, కరుణ ఇత్యాది సద్గుణాలన్నీ కనబరుస్తూ ఎవరికి ఏ ఆపద వచ్చినా ఆదుకుంటూ అందరి మనసుల్లో సుస్థిరస్థానం సంపాదించుకున్న ఉత్తముడతడు.

అలాంటి వ్యక్తిని ఇంత దారుణంగా చంపారంటే... దానికి కారణం ఏమైఉంటుందో నని ఎంతగా ఆలోచించినా తోచడంలేదు.

వైశాలి భావించినట్టుగా ప్రతి మనిషి జీవితంలోనూ ఎవరికీ కనిపించని ఒక చీకటి కోణం ఉంటుందా! అలాంటి చీకటికోణమే సత్యకుమార్ బతుకులోనూ ఉందా! అదే

చూడాలని ఉండదా?

ఆడపిల్లలకి ఇంట్లో శతకోటి రెస్ట్రిక్షన్స్ ఉంటాయి బాబూ... పేరెంట్స్‌ని మానేజ్ చేసి, బాయ్‌ఫ్రెండ్‌ని మీటవడానికి రావడం అంత వీజీకాదు. సీత కష్టాలు సీతవి" అంటూ చేతిలో ఉన్న కాగితం పొట్లాంలోనుంచి ఒక్కోపల్లీని తీసి నోట్లో వేసుకుంటోంది సుష్మ.

"మనసుంటే మార్గం ఉంటుంది... నేను చూడు... ఇలా నువ్వు మెసేజ్ చేయగానే అలా వాలిపోతాను. ఏనాడన్నా నాకు వీలుకాదని, కలవనని చెప్పానా" గొప్పగా భుజాలెగరేశాడు వినీత్.

"హలో... ఆ ఎగ్రస్టాలే వద్దనేది. నువ్వు, నేను ఒకటేనా? నువ్వు మగమహారాజువి... అర్ధరాత్రివరకూ ఊరిమీద బలాదూర్ తిరిగినా ఎవరికీ ఏ సంజాయిషీ ఇవ్వనక్కర్లేదు...

అదే మాకైతే అటు అడుగు ఇటు వేసినా ఎక్స్‌ప్లెనేషన్స్ ఇచ్చుకోవాలి.

ఎక్కడికెళ్తున్నావు, ఎందుకెళ్తున్నావు, మళ్ళీ ఎప్పుడొస్తావు... అసలిప్పుడు వెళ్ళడం అవసరమా అంటూ మా మమ్మీ డిటెక్టివ్‌లాగా ఆరాలు తీసి చంపేస్తుంది. అక్కడికీ నాకు వరప్రసాదంలాగా అభిజ్ఞ దొరకబట్టి నా పుచ్చపూస్తోంది.

తమరు కలవాలి అనుకున్నప్పుడల్లా దానిపేరు చెప్పి బయటపడుతున్నా.

మా మమ్మీకి అభిజ్ఞ అంటే గురికాబట్టి నాకు



వృద్ధే జీవితం... ఇదే మా నినాదం... ప్రతిఒక్కరి జీవితం మెరుగవ్వాలన్నదే మా అంతిమ ఉద్దేశ్యం.

-ముఖేష్ అంబానీ, పారిశ్రామికవేత్త

పర్మిషన్ దొరుకుతుంది. ఇవన్నీ మీ బాయ్స్‌కేమి తెలుస్తాయి" దీర్ఘంగా నిట్టూర్చింది సుష్మ.

"సరేలే... ఈ సోది ఎప్పుడూ ఉండేదే కాని, మన సంగతేం చేశావు? ముంతమామిడిపండులా నోరూరి స్తున్న నిన్ను చూసి నన్ను నేను కంట్రోల్ చేసుకోలేక ఛస్తున్నా. కనీసం ఓ ముద్దిమ్మన్నా ఇవ్వవూ..." ఎదురుగా కనిపిస్తున్న సుష్మ అందాన్ని కళ్ళతోనే తాగేస్తూ అన్నాడు వినీత్ తమకంగా.

"నథింగ్ డూయింగ్... ఇలాంటి వేషాలు నాదగ్గర కాదు. ఇంకా నేను స్టేట్స్‌కి వెళ్ళి ఎమ్.ఎస్ చేయాలి. నాకిష్టమైన కెరీర్‌లో హాయిగా సెటిల్ అవ్వాలి.

ఆ మాటకొస్తే నీకు మాత్రం సెటిల్‌మెంట్‌అయిందా ఏమిటి! ఇలా తాడూ బొంగరం లేకుండా ఎన్నాళ్ళు తిరుగుతావు. దయచేసి ఏదో ఒకటి చేయి... అప్పటి వరకు నా దగ్గరనుంచి ఏమీ ఎక్స్‌పెక్ట్ చేయవద్దు... అండర్‌స్టాండ్" అంది సుష్మ తనమీదకు వంగుతున్న

"ఐనో బేబీ... జస్ట్ అలా..." అంటూ ఆమె బుగ్గ మీద చిటికేసి ఆ కవర్ జేబులో పెట్టుకున్నాడు వినీత్.

"కాస్త జాగ్రత్తగా వాడు వినీత్... కొంచెం ఇబ్బందిగా ఉంది..." చెప్పింది సుష్మ బ్యాగ్ సర్దుకుని మీదకు లేస్తూ.

అదోలా చూశాడు వినీత్ ఆమెవైపు. 'యు డోంట్ వర్రీ డియర్...

ఆ ఇబ్బంది తొలగిపోయే మార్గం నేను చెప్తానుగా... ఆ చెవిటు పారేయి..." అంటూ తదుపరి ప్రణాళికను గురించి ఆమెకు వివరించసాగాడు వినీత్ మెల్లనిస్వరంతో.

"అలాగే వినీత్... నీమీద నమ్మకంతో ఇదంతా చేస్తున్నా...

ఇందులో నాకు రిస్క్ ఉందని తెలిసినా" నెమ్మదిగా పలికింది సుష్మ.



తెలుగుకే ప్రాధాన్యం

ముంబయిలో పుట్టి, పెరిగిన సీరత్‌కపూర్ మాస్ కమ్యూనికేషన్‌లో డిగ్రీ చేసింది. చిన్న తనంనుంచి డ్యాన్స్‌పట్ల, ప్రేమవల్లనేమో పది హేనేళ్ళ ప్రాయంలోనే ఓ కొరియోగ్రాఫర్ దగ్గర ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌గా చేరింది.

అక్కడినుంచి కొన్ని సినిమాలకు అసిస్టెంట్ కొరియోగ్రాఫర్‌గా పనిచేసింది.

"ముందుగా హిందీ సినిమాలో నటించాను. తర్వాత తెలుగులో శర్వానంద్‌తో కలిసి 'రన్ రాజారన్' సినిమాలో నటించా. వరుసగా అవకాశాలువచ్చాయి. తెలుగుప్రేక్షకులు బాగాఆదరిస్తున్నందువల్ల తెలుగు సినిమాలకే ప్రాధాన్యం ఇస్తూ, హైదరాబాద్‌లో వుంటున్నా.

తెలుగు బాగా అర్థం అవుతున్నది. ఇంకా బాగా నేర్చుకుని త్వరలోనే తెలుగు మాట్లాడేస్తా" అని తెలిపింది సీరత్‌కపూర్.

వినీత్‌ను దూరంగా నెట్టేస్తూ.

"నువ్వింత క్లారిటీ ఇచ్చాక కూడా అర్థంచేసుకోలేకపోతే నా అంత వేస్ట్‌ఫెలో ఈ భూమ్మీదే ఉండడు.. నా ప్రయత్నాలు నేనూ చేస్తూనే ఉన్నానమ్మా... కాలం కలిసిరావాలి కదా!"

ముఖం ముడుచుకున్నాడు వినీత్. ఆ భంగిమలో అతడిని చూసిన సుష్మకి జాలనిపించింది. అతడి కోరిక తీరుద్దామా అనిపించిందో క్షణం.

అంతలోనే ఏదో తెలియని బిడియం ఆమెను ఆవరించింది. 'అమ్మో! ఈ అబ్బాయిలున్నారే... వేలు చూపిస్తే మండ మింగే రకాలు... ముందు చిన్న ముద్దంటూ మారాం చేస్తారు...

ఆపైన స్మాల్ హగ్ అంటూ ప్రాణం తీస్తారు... అది చాలు... అమ్మాయిల బింకం సడలడానికి... తాననుకున్నది నెరవేరేదాకా వినీత్‌ని హద్దుల్లోనే ఉంచాలి. అదే తనకి క్షేమకరం'

"సరేగాని, నేను దేబిరించడమేకాని, నీ మనసు కరగదు... నా కోటా నాకు పడేస్తే నా దారిన నేను పోతాను" అన్నాడు వినీత్ నిరాశగా.

సమాధానంగా సుష్మ తన హ్యాండ్‌బ్యాగ్ తెరచి అందులోనుంచి ఓ కవర్ తీసి అతడిచేతిలో పెట్టింది. అతడు కవర్ ఓపెన్ చేయబోతూ ఉంటే వారిస్తూ 'అవసరంలేదు... సుష్మ లెఖ్ఖంటే లెఖ్ఖే..." అంది కాస్త విసురుగా.

ఆమె స్వరంలో ఏదో భయం లీలగా కదలాడింది. దాన్ని పసిగట్టిన వినీత్ అభయమిస్తున్నట్లుగా సుష్మ చేతిని తన చేతిలోకి తీసుకుని గట్టిగా నొక్కివదిలాడు.

"ప్లీజ్ బిలీవ్ మి సుష్మా... ఇందులో నీకెలాంటి రిస్కూ ఉండదు" అన్నాడు మెత్తని స్వరంతో.

అతడి స్వరంలో ఎదుటివ్యక్తులని మంత్ర ముగ్ధలని చేసే ఏదో మత్తుంది. ఆ మత్తుకి చిత్తైపోయింది సుష్మ. అమాంతం అతడి బుగ్గమీద ఒక ముద్దిచ్చేసింది.

ఆ తరువాత సిగ్గుపడి కళ్ళు దించుకుంది అతడి ముఖంలోకి చూడలేనట్లు.

"అడిగినా వరమివ్వని దేవత అయాచితంగా చుంబనం ప్రసాదించేసిందేమిటో!" కొంటెగా అన్నాడు వినీత్ తన బుగ్గమీద తడుముకుంటూ.

"పాపం! భక్తుడుచాలారోజుల్నించి అర్థిస్తున్నాడనీ" తనూ తగ్గకుండా బదులిచ్చింది సుష్మ బిడియానికి నీళ్ళొదిలేసి చెబుతూ.

వినీత్ ఆ మసకచీకట్లో ఎవరికీ కనబడదు అన్న ధీమాతో ఆమెను దగ్గరగా లాక్కొని "ఐ లవ్యూ డియర్" అన్నాడు ఒకటికి పది ముద్దులు వడ్డీగా చెల్లిస్తూ.

తన బుగ్గలకి, పెదాలకి అంటిన తడిని చేత్తో తుడిచేసుకుంటూ -

"ఛీ... పో... వేలు చూపిస్తే మండ మింగే రకానివి నువ్వు... నీమీద జాలిపడకూడదు బాబూ!" అంది చిరుకోపం నటిస్తూ. పెద్దగా నవ్వుతూ ఆమెను హత్తుకున్నాడు వినీత్.

అతడిని విడిపించుకుంటూ "పద వినీత్... పొద్దుపోయింది. ఏడులోపు ఇంటికి చేరకపోతే అమ్మ నానా ప్రశ్నలూ వేసి హింసిస్తుంది" అంటూ పార్క్ గేటువైపు నడిచింది సుష్మ.

"మళ్ళీ పునర్దర్శనం ఎప్పుడు?" అన్నాడు.

"చెప్పలేను వినీత్...



లోక్‌సభకు, రాష్ట్రాల అసెంబ్లీలకు ఒకేసారి ఎన్నికలను నిర్వహించటం ఇప్పటికిప్పుడు అసాధ్యం.

-ఓ.పి.రావత్, ఎన్నికల ప్రధాన కమీషనర్



ఎగ్జామ్స్ దగ్గరకు వస్తున్నాయి.

ఈసారి కూడా క్లాస్‌లో టాపర్ నేనే కావాలి" దృఢనిశ్చయంతో అంది సుష్మ.

ఆ చిరుచీకటిలోనే ఆమెముఖంలో ఒక దీక్షని, ఆశించినది అందుకోవాలన్న పట్టుదలను చూశాడు వినీత్. "డెఫినెట్లీ డియర్... నిన్ను బీట్‌చేసే దమ్మెవరికి ఉంది?" అన్నాడు ఆరాధనగా.

"సరేకాని, కనీసం నా చదువయ్యేలోపలన్నా నువ్వు సెటిల్ అయ్యే ప్రయత్నం చేయి. అది మనిద్దరికీ మంచిది..." చెప్పేసి దారిలో వస్తున్న షేర్ ఆటోని ఆపి అందులోకి ఎక్కేసింది సుష్మ.

"ష్యూర్... నేను ఆ పనిమీదే ఉన్నాను" అన్నాడు వినీత్ చేయి ఊపుతూ.

"ఇక్కడ సెక్యూరిటీవి నువ్వేనా?" అని గేటు దగ్గర ఉన్న తన క్యాబిన్‌లో కూర్చుని రిలాక్స్‌గా సిగరెట్ కాలుస్తున్న కాస్మోసిటీ సెక్యూరిటీని ప్రశ్నించాడు ఎస్సై ధనుంజయ్.

"అవును... యూనిఫామ్‌లో ఉన్నా, కనబడడం లేదా?" అంటూ ఎదురుగా ఉన్న గోడమీద విలాసంగా కాళ్ళెత్తిపెట్టి కూర్చుని ధూమపానంలోని కిక్‌ని ఆస్వాదిస్తున్న అతడు నిర్లక్ష్యంగా బదులిచ్చాడు.

"కనబడకేం... బాగా కనిపిస్తోంది. సరేగాని, మాకు కొన్ని వివరాలు కావాలి. తమరి పొగతాగే కార్యక్రమం పూర్తయితే అడుక్కుంటాం..." అతడి ధోరణికి మండిన సోమయాజులు అన్నాడు కాస్త వెటకారంగా.

"అదిప్పుడే అవదుకాని, మీకేంకావాలో అడగండి" రింగులుగా ఎగస్తూ గాలిలో వ్యాపిస్తున్న పొగనిచూస్తూ, చెప్పాడు సెక్యూరిటీ పెద్ద పోజుగా.

"తొందరేంలేదు... కానివ్వండి..." కోపాన్ని దిగమింగుకుంటూ అన్నాడు ధనుంజయ్.

వాళ్ళు మరొక ఐదు నిముషాలు వెయిట్ చేశాక దయతలచినట్లుగా బయటికివచ్చాడు సెక్యూరిటీ.

"నీ పేరు?"

ప్రశ్నించిన సోమయాజులువైపు 'అది తెలుసుకోవడానికా ఇంతసేపు ఎదురుచూశారూ!' అన్నట్లుగా ఒక ఎక్స్‌ప్రెషన్ ఇస్తూ -

"అప్పలకొండ" అన్నాడు సెక్యూరిటీ చెవిలో బడ్‌పెట్టి తిప్పుకుంటూ.

తన సెల్‌ఫోన్‌లో ఉన్న సత్యకుమార్ ఫోటోని అతడికి చూపిస్తూ

"ఈయన నీకు తెలుసా?" అని అడిగాడు ఎస్సై ధనుంజయ్.

అతడిని గుర్తుపెట్టినవాడిలా ముఖం పెట్టిన అప్పలకొండ వైశాలి హెచ్చరిక గుర్తొచ్చినవాడిలా "ఈయనెవరండీ... నేను ఎప్పుడూ చూడనేలేదు..." అన్నాడు.

తన ముఖకవళికలను అమాయకంగా మార్చుతూ. "ఫరవాలేదు... సరిగ్గా చూసి గుర్తుతెచ్చుకో..." ఎవరికీ చెప్పొద్దంటూ ఆ రోజు వైశాలి ఇచ్చిన వార్నింగ్‌ని దృష్టిలో పెట్టుకుని అతడలా చెప్తున్నాడన్న సంగతి బోధపడింది ఎస్సై ధనుంజయ్‌కి.

"లేదండీ... నేను ఓసారి చూస్తే ఎవరినీ అంత త్వరగా మరిచిపోను... ఇతన్ని నేనెక్కడా చూసిన గుర్తులేదు..." స్థిరంగా చెప్పాడు అప్పలకొండ.

"మరోసారి చూడు..." అంటూ తన ఫోన్ అతడి ముందు పెట్టాడు ధనుంజయ్.

"ఏమిటయ్యా మీరూ! ఇందాకటినుంచీ చూస్తున్నా. ఇతనెవరో నాకు తెలియదు అని చెప్తూ ఉంటే ఏమిటి మీ దబాయింపు"విరుచుకుపడ్డాడు అప్పలకొండ.

"ఏంటా పొగరూ!... సార్ ఎవరో తెలుసా?" అంటూ సోమయాజులు కోపంగా అడిగాడు.

"మీరాగండి యాజులుగారూ... చూడు అప్పలకొండా.... నువ్వీ గేటెడ్ కమ్యూనిటీకి సెక్యూరిటీవి అని నీ యూనిఫామ్ చూసి గుర్తుపట్టాం.

మరి నువ్వు మమ్మల్నెలా గుర్తుపడతావు చెప్పు!" అంటూ జేబులో నుంచి తన ఐడెంటిటీ కార్డ్ తీసి చూపించాడు మఫ్టీలో ఉన్న ఎస్సై ధనుంజయ్.

దాన్ని చూస్తూనే అప్పటివరకు తానేదో వాళ్ళకన్నా గొప్పవాడిని అన్న ఫీలింగ్‌తో అల్లల్లాడినఅప్పలకొండ నిటారుగా నిలబడి వాళ్ళకి నమస్కారం చేశాడు.

"సారీ సార్... మీరెవరో తెలియకా..." నీళ్ళు నమిలాడు భయం భయంగా చూస్తూ.

"మేమెవరమో తెలిశాక మామీద గౌరవం పుట్టుకొచ్చిందే! బాగుంది... అదే సామాన్యులకైతే ట్రీట్‌మెంట్ ఇలాగే ఉంటుందన్నమాట..." అంటూ వ్యంగ్యంగా నవ్వాడు ఎస్సై ధనుంజయ్.

అప్పలకొండకి వణుకు పుట్టుకొచ్చింది. పోలీసులు సత్యకుమార్ గురించి ఎందుకు అడుగుతున్నారో అప్పుడు చూచాయగా బోధపడిందతడికి.

"క్షమించండిసార్.." అన్నాడు తలదించుకుని.

"సరేగాని, ఈయన నీకు తెలుసా?" మరోసారి సత్యకుమార్ ఫోటోని అప్పలకొండకి చూపించాడు ధనుంజయ్.

"తెలుసు సార్... ఇక్కడికి అప్పుడప్పుడు వచ్చి వెళ్తూ ఉండేవారు..." అన్నాడు అప్పలకొండ.

తామెవరో తెలియగానే అప్పలకొండ స్వరంలో వినయం చోటుచేసుకోవడం గమనించి నవ్వుకున్నాడు ఎస్సై ధనుంజయ్.

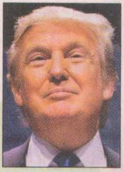
"ఈమధ్య ఈయన్ని ఎవరో దారుణంగా మర్డర్ చేసి చంపేశారు. ఆ సంగతి నీకు తెలుసనుకుంటాను!" అన్నాడు ధనుంజయ్.

"తెలుసు సార్... టీవీలో చూశాను" అప్పలకొండ భీతావహుడైన సంగతి తెలిసిపోతోంది స్పష్టంగా.

ఇదేదో తన పీకకి చుట్టుకునే వ్యవహారంలా ఉంది అని అతడు భావిస్తున్నట్లుగా కూడా పోల్చేసింది ధనుంజయ్ పోలీసు బుద్ధి.

"భయపడకు... నీకేంకాదు. నీకు తెలిసిన ఇన్ఫర్మేషన్ మాకు చెప్పు..." అన్నాడు ధనుంజయ్ అతడికి ఊరట కలిగిస్తూ.

ఇంకా ఉంది



నన్ను అభిశంసిస్తే అమెరికా నాశనమవుతుంది. నన్ను దించాలని చూస్తే ఆర్థికవ్యవస్థ కుప్పకూలుతుంది.

-డొనాల్డ్ ట్రంప్, అమెరికా ప్రెసిడెంట్

పర్సనల్ ఎజెండా



స్వర భాస్కర్

ఈ ఏడాది బ్లాక్‌బస్టర్ హిట్ 'వీరేది వెడ్డింగ్'లో తిరుగులేని ప్రతిభ చూపింది స్వర భాస్కర్. సినీ విజయంలో కీలకపాత్ర వహించిందని విమర్శకులు సైతం ప్రశంసించారు. ఆమె వ్యక్తిగత విషయాలు, భవిష్యత్ ప్రణాళికల్లోకి వెళ్తే... :

▸ **వందకోట్ల క్లబ్‌లో భాగం కావడం :** గొప్పగా ఉంది. మంచి పనికి బాలీవుడ్‌లో ఎప్పుడూ గుర్తింపు లభించగలదని నేను విశ్వసిస్తాను

▸ **సినిమా అనేది :** ఖచ్చితంగా వినోద మాధ్యమమే. అయితే, ఈ కళకు గొప్ప పవర్‌కూడా ఉందని విశ్వసిస్తాను. కాబట్టి, సినిమా మంచి సామాజిక సందేశాన్ని కూడా ఇవ్వాలని నేను ఫీలవుతాను

▸ **నా కెరీర్‌లో మైలురాయి :** ఈ ఏడాది ముఖ్యమైనదే అయినప్పటికీ, 2016లో 'నీల్ బట్టే సన్నాట' నాకు ఎంతో ప్రత్యేకం. నా విజయం 'అనార్కలి ఆఫ్ ఆరా'. ఆ తర్వాత 'వీరె ది వెడ్డింగ్'తో కొనసాగింది. పెద్ద కమర్షియల్ హిట్‌రీత్యా ఈ ఏడాది మైలురాయి అనే చెప్పుకోవాలి. నన్నో కమర్షియల్ హీరోయిన్‌గానూ చెప్పుకోగలిగాను

▸ **వెబ్ సిరీస్ భవిష్యత్:** బావుంటుంది. ఎందుకంటే మనం డిజిటల్ స్పేస్‌పట్ల మరింత ఎటెన్షన్ చూపాలన్నది నా వ్యక్తిగత అభిప్రాయం. మన జీవితాల్ని టెక్నాలజీ ఎంతో మార్చింది కాబట్టి వెబ్ సిరీస్‌కు మంచి భవిష్యత్తే వుంటుందని విశ్వసిస్తాను. ప్రస్తుతం నేను రెండు వెబ్‌సిరీస్ చేస్తున్నాను

▸ **వెబ్ సిరీస్ నియమనిబంధనలు :** అదనంగా ఉండాలనుకోవడంలేదు. ఇప్పటికే మన టెలివిజన్, సినిమాలకు నియమనిబంధనలు, సెన్సార్‌షిప్ ఉన్నాయి. కొంత పరిధివరకు నియమాలు ఉంటే చాలు.అతిగా విధిస్తే,కళను అడ్డుకున్నట్లే కాగలదు

▸ **ప్రస్తుతం చేస్తున్న ప్రాజెక్టు :** తెలుగు, తమిళం ద్విభాషా హారర్‌సినిమా తొలిషెడ్యూల్ పూర్తిచేశాను

▸ **సమకాలీనులనుంచి పోటీ, సవాళ్ళు :** ఉంటాయని నేననుకోను. కొత్త టాలెంట్స్ ఎప్పుడూ ప్రవేశిస్తూనే వుంటాయి. పరిశ్రమ, కళ ఎదగడానికో మార్గం కూడా. కొత్త ప్రతిభ ప్రమాణాలను మెరుగుపరుస్తుంటుంది. సినిమాలు, పర్ఫార్మెన్స్ మెరుగవుతాయి

▸ **నా దృష్టిలో బాలీవుడ్‌కు అతిపెద్ద బలం :** మంచి పనిని అస్సలు నిర్లక్ష్యం చెయ్యరు. సినిమాలో ఒక్క సన్నివేశం ఉన్నప్పటికీ, మంచిదైతే ఏదో ఒక పాయింట్‌లో దానికి ఖచ్చితంగా గుర్తింపు లభిస్తుంది

▸ **విమర్శకులు:** నాకు చాలా ముఖ్యులు.నా పూర్తి రెప్యుటేషన్ మంచి సమీక్షలు, విమర్శలతోనే రూపుదిద్దుకున్నది. నాకు ప్రేక్షకుల ప్రశంసలు, విమర్శలు చాలా ముఖ్యం.ఎందుకంటే నాకు సినీ నేపథ్యంలేదు. ప్రతి విజయం,గుర్తింపు విమర్శల ఆధారమైనవే

వారఫలం

సెప్టెంబర్ 6 నుండి 12, 2018 వరకు

పిడపర్తి వీరేశ్వరశాస్త్రి, పిడపర్తి భాస్కర సుబ్రహ్మణ్యశాస్త్రి
సెల్ : 94921 56064



మేషం: అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పా. ఈ వారంలో స్వల్ప మానసిక ఒత్తిడులకు గురైనా ధైర్యంగా వ్యవహరించుకోగలరు. నూతన వస్తు, వాహనాలను ఏర్పరచుకోగలరు. సంతానమునకు విశేష శుభాలను ఏర్పరచగలరు. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారాలందు నూతన ఒరవడులకు శ్రీకారం చుట్టగలరు. శ్రేయోభిలాషులచే ప్రయోజనాలు పొందుతారు. ఆరోగ్యం ఆర్థికం అన్నిటా సహకరించగలదు. వారమంతా మధ్యమ హుషారుగా సాగుతుంది. ప్రతిరోజూ రాహు ప్రార్థన చేయండి.



వృషభం: కృత్తిక 2, 3, 4 పా, రోహిణి, మృగశిర 1,2 పా. మానసికంగా ధైర్యాలు చూపినా వివాదాలను ఎదుర్కోవలసి రావచ్చును. మీ సలహాలను, సూచనలను అమలుచేసిన బంధు మిత్రవర్గమువారు మీపై మూకుమ్మడి దాడికి యత్నించు సూచనలున్నాయి. ఖర్చులకు తగిన ప్రయోజనాలు పొందలేకపోతారు. ప్రభుత్వపరంగా కొన్ని అదనపు చెల్లింపులు చేయవలసి రావచ్చును. ఆరోగ్యపరంగా జాగ్రత్తలు అవసరం. సంతానపరంగా వారు సాధించు విజయాలు ఆనందాన్నిస్తాయి. ఈ రాశి వారికి గురు, శుక్ర, శనివారాలు ఎంతో అనువైనవి.



మిథునం: మృగశిర 3, 4పా, ఆరుద్ర, పునర్వసు 1, 2, 3 పా. ఈ వారంలో మీరు లక్ష్యాలు ఏర్పరచుకుని ప్రయత్నాలను ముమ్మరం చేస్తారు. మీ నిత్యకృత్యములకు ఇతరులపై ఆధారపడక స్వయంగా మీ వ్యవహారాలను చేపట్టుకోండి. సంతాన స్నేహవర్గాలందు శుభాలను చూడగలరు. ప్రయాణాలను చేపట్టవలసి వచ్చినప్పుడు తగు ప్లానింగ్ ఉండేటట్లు చూసుకోండి. ఎదుటివారి తీరు మీకు సహకరించేదిగా ఉంటుంది. ఈ రాశివారికి శని, ఆది, సోమవారాలు అనువైనవి.



కర్కాటకం: పునర్వసు 4వ పా, పుష్యమి, ఆశ్లేష. జన్మరాహువుచే అకాల నిద్రాహారాలు, మలిన, హోటల్ భోజనాదులు స్వీకరించవలసి రావచ్చు. శారీరిక బడలికలు ఉన్నా వృత్తి, ఉద్యోగాలందు విధి నిర్వహణలకు ఆటంకాలు ఏర్పడవు. ప్రయాణాలు చేయవలసి రావచ్చును. మనసోద్దిష్టతలను పూర్తిచేసుకోగలరు. స్వలాభాపేక్షత విమర్శలను ఏర్పరచినా మీ మాట నెగ్గించుకునేందుకు యత్నించుకుంటారు. ఈ రాశివారికి గురు, శుక్ర, శని, బుధవారాలు అనువైనవి.



సింహం: మఘ, పూర్వఫల్గుని, ఉత్తరఫల్గుని 1వ పా. ఈ వారమంతా ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. ప్రయాణాలలో చిన్నచిన్న ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవలసి వచ్చినా గమ్యనిర్దేశాలను కొంత ఆలస్యంగా, సురక్షితంగా చేరుకోగలరు. ఆరోగ్యపరంగా చిన్నచిన్న చికాకులు ఏర్పడినా హుషారుగా సాగుతారు. జీవిత భాగస్వామిచే సహాయ, సహకారాలు పొందుతారు. సంతాన విషయాలు అర్థంకానివిగా ఉంటాయి. స్థిరాస్తులను బలవర్ధీకరించుకోగలరు. ఈ రాశివారికి శని, ఆది, సోమవారాలు అనువైనవి.



కన్య: ఉత్తరఫల్గుని 2, 3, 4పా, హస్త, చిత్త 1, 2పా. ప్రయత్నాలను-పట్టుదలలతో సాగించవలసి ఉంటుంది. భవిష్య కార్యాలోచనలు చేయుగలరు. నూతన వస్తు అలంకరణలు ఏర్పరచుకోగలరు. అనారోగ్యం విషయంలో జాగ్రత్తలు అవసరం. కుటుంబ వ్యక్తులచే సహాయ, సహకారాలు ఉంటాయి. వ్యాపార, వ్యవహారాలను పెద్దవి చేపట్టేటప్పుడు ఆచి తూచి సాగండి. వీరికి గురు, శుక్ర, శని, బుధవారాలు అనువైనవి.



తుల: చిత్త 3, 4పా, స్వాతి, విశాఖ 1, 2, 3పా. ఈ వారమంతా చాలా అనుకూలంగా సాగుటయే కాక స్థిరమైన ఉద్దేశ్యములతో సాగుతారు. మంచి అవకాశాలు అన్నీ మిమ్మలని వెతుక్కుంటూ వస్తాయి. మనస్సు ఉత్సాహంగా, ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. తృప్తికరంగా రోజులు సాగుతాయి. సమాజంలో గౌరవాభిమానములు ఏర్పడతాయి. నూతనమైన ఉద్యోగ, వ్యాపారాలను ప్రారంభించుకోగలరు. ప్రభుత్వపరమైన లోన్స్‌వంటివి ఏర్పడతాయి. ప్రయాణాలు హుషారుగా సాగుతాయి. ఈ రాశివారికి గురు, శుక్ర, శని, ఆది, సోమవారములు ఎంతో అనువైనవి.



వృశ్చికం: విశాఖ 4వ పా, అనూరాధ, జ్యేష్ఠ. ఈ వారమంతా మీ ప్రయత్నాలను అనుకూలింపచేసుకోగలరు. ఆరోగ్యవిషయంలో మంచి మార్పులు కన్పిస్తాయి. నూతన విద్యలకు అవకాశాలు ఏర్పడతాయి. సద్వినియోగం చేసుకోండి. ప్రలోభాలకు లోనుకాకుండా వ్యవహరించుకోండి. వివాదాలకు దూరంగా ఉంటూ కొంత ఆలోచనలతో సాగండి. గత ఇబ్బందులను మధ్యేమార్గంగా పరిష్కరించుకునేందుకు అనువైన సమయం. ఈ రాశివారికి ఆది, సోమ, బుధవారాలు అనువైనవి.



ధనుస్సు: మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పా. స్నేహ, బంధువర్గాలచే ఉత్సాహాలు సిద్ధించగలవు. అనారోగ్యాలనుండి కొంత తేరుకోగల్గుతారు. వృత్తి, ఉద్యోగ, వ్యాపారాది వ్యాపకాలు అటూఇటూగా సాగుతాయి. వాక్పారుష్యాలు ఏర్పడకుండా లౌక్యాలతో సాగండి. ఆవేశకావేశాలకు లోనుకాకుండా వ్యవహరించుకోవాలి. ఆర్థికంగా లోటులేని స్థితులుంటాయి. ప్రయాణాలలో సొంత డ్రైవింగ్‌కు దూరంగా ఉండాలి. ఈ రాశివారికి గురు, శుక్ర, శనివారాలందు మెలకువలు పాటించుకోండి.



మకరం: ఉత్తరాషాఢ 2, 3, 4పా, శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1, 2పా. ఈ వారంలో మీరు కార్యక్రమాలని పూర్తిచేసుకోగలిగినా తెలియని నష్టాలను ఏర్పరచు సూచనలున్నాయి. జాగ్రత్తలు వహించండి. వృత్తిపరంగా స్థిరాదాయాలను పొందగలరు. అధికారులనుండి ఒత్తిడులుంటాయి. మిత్రుల ముసుగులో మిమ్మలని ఇబ్బందులకు గురిచేయ ప్రయత్నాలు మానసిక ఇబ్బందులకు గురిచేయుగలవు. ఉద్యోగాలందు, వ్యాపారాలందు ప్రలోభాలకు దూరంగా ఉండండి. నవగ్రహారాధనలు చేయండి. ఈ రాశి వారికి ఆది, సోమ వారాలందు అన్నిటా మెలకువలు అవసరం.



కుంభం: ధనిష్ఠ 3, 4పా, శతతార, పూర్వాభాద్ర 1, 2, 3పా. నూతన వస్తు, అలంకరణాలకు ప్రాధాన్యతనిచ్చి ఏర్పరచుకోగలరు. ఆశించిన ఉద్యోగాలు అనుకూలిస్తాయి. పనులను సమయానుకూలంగా పూర్తిచేసుకోగలరు. మీ ఆలోచనలను అమలులో పెట్టుటకు కొంత సమయం తీసుకోవచ్చును. సజ్జన మిత్ర సహకారాలు లభిస్తాయి. కోర్టు వంటి వ్యవహారాలు అనుకూలిస్తాయి. ప్రయాణాలు కొన్నిటిని విరమించుకోవలసి రావచ్చును. పెట్టుబడులకు దూరంగా ఉండండి. మీరు నిత్యం సుబ్రహ్మణ్యారాధనలు చేసుకొనుట మేలు. ఈ రాశివారు మంగళ, బుధవారాలందు అన్నిటా మెలకువలు పాటించుకోవటం మంచిది.



మీనం: పూర్వాభాద్ర 4వ పా, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి. ఆర్థికంగా సామాన్యతలు గోచరించుచున్నా క్రయ-విక్రయాలకు శక్తికిమించి వ్యవహరించుకునే సూచనలున్నాయి. ఇతరుల అవసరాలు తీర్చుటకు ప్రయత్నాలు కొనసాగిస్తారు. కుటుంబ వ్యవహారాలందు ఆచి-తూచి వ్యవహరించుకోండి. విద్యార్థులు నిరుద్యోగులు పట్టుదలతో వ్యవహరించుకోవాలి. గృహ, వాహన కొనుగోలు యత్నాలు కొనసాగుతాయి. ఈ రాశివారు ఆది, సోమ, బుధవారాలు ముఖ్యమైన పనులు చేపట్టుటకు అనువైనవి.

విపత్కర పరిస్థితుల్లోనూ సంయమనం పాటించి, స్థితప్రజ్ఞత వహించినవారే మహనీయులు.

Whats App

ఓ మారుమూల అడవిలో గొప్ప సాధనచేసిన స్వామీజీ వున్నారని తెలిసి, కొందరు ఆయనను దర్శించారు. ఆయనకు నమస్కరించి, వారి సమక్షంలో ధ్యానం చేసుకున్నారు.

వారికి దాంతో ఎంతో శాంతి లభించింది. ఆ స్వామీజీ చాలా గొప్ప సాధకుడని గ్రహించారు. ఆయనను అడిగారు.

"స్వామీ! మీరు రోజా ఏ విధంగా సాధన చేస్తుంటారు?" అని.

స్వామీజీ "నాలో వున్న చెడుని వదిలించుకోవటానికి రోజా ప్రయత్నం చేస్తున్నాను. అంతకుమించి వేరే సాధనలు నాకు చేతకాదు"

నీతి : మనలోని చెడును గుర్తించి, వదిలించుకునే ప్రయత్నమే గొప్ప సాధన.

✱

మాతేవ రక్షతి పితేవ వియుక్తేకాంతేవచాభి రమయత్యపనీయఖేదమ్।
లక్ష్మీం తనోతి వితనోతి దిక్షు కీర్తిం కిం కిం న సాధయతి కల్పలతేవ విద్యా॥

ఓ గురువుగారు, తమ శిష్యులకు ఇలా బోధచేశారు. "ఈ సృష్టిలో మనకు కనిపించేవి, కనిపించనివి అన్ని జీవులనూ ఆ పరమాత్మే సృష్టించాడు. అన్ని జీవుల్లోనూ ఉన్నది ఆ భగవంతుడొక్కడే"

కొన్నిరోజులకు ఆ గురువుగారు, శిష్యులతో కలిసి రాజవీధిలో నడుస్తూ వెళుతున్నారు. ఇంతలో రాజుగారి ఏనుగు అదుపు తప్పి, ఎదుటపడినవారినల్లా తొండంతో విసిరి వేయుటం మొదలుపెట్టింది.

అది చూసి గురువుగారు పరుగెత్తుకెళ్ళిసురక్షిత స్థానంలో నిలబడ్డాడు.శిష్యులూ, ఆయనను అనుసరించారు. కానీ, ఒక్క శిష్యుడు మాత్రం రోడ్డుమీదే నిలబడిపోయాడు.

ఏనుగు వచ్చింది.అతన్ని తన తొండంతో ఎత్తి దూరంగా గిరాటువేసి వెళ్ళిపోయింది.

ఆపై గురువు, మిగిలిన శిష్యులు వచ్చి అతన్ని లేవదీసి, సపర్యలు చేశారు.

కొంచెం కోలుకున్న శిష్యుడు, మూలుగుతూ గురువుగారిని అడిగాడు-

"గురువుగారూ! మీరే చెప్పారు కదా. అన్ని జీవుల్లోనూ భగవంతుడే ఉన్నాడని. నాలోనూ, ఏనుగులోనూ ఆయనే వున్నాడు కదా? మరి ఇలా ఎందుకు జరిగింది?"

గురువు : "నాయనా! నువ్వు దేవుడివే. ఏనుగూ దేవుడే. కానీ ఏనుగును నియంత్రించే మావటివాడుకూడా దేవుడే కదా.

మరి మావటి "తప్పుకోండి,పారిపోండి" అని అరిచి హెచ్చరించాడు కదా. మరి మావటి దేవుడు చెప్పింది నువ్వెందుకు వినలేదు? అందుకే నీకీ దుస్థితి కలిగింది"

"నువ్వు ఏనుగును గురించి మాత్రమే ఆలోచించావు. భగవంతుడు మావటిరూపంలో హెచ్చరించాడు కదా, పెడచెవినపెట్టావు. దేవుడిని అన్ని వేళలా, అంతటా చూడగలిగినప్పుడే సరైన జ్ఞానం లభిస్తుంది" ◆

విద్య- తల్లిలా రక్షిస్తుంది, తండ్రిలా పాలిస్తుంది, ప్రియురాలిలా సంతోషపెడుతుంది. సంపదనిస్తుంది, కీర్తినిస్తుంది. అంతేకాక కల్పవృక్షంలా మనకు కావలసిన అన్నింటినీ ఇస్తుంది.

అందుచేత నిత్యమూ కొత్త విషయాలు తప్పక తెలుసుకోవాలి.

✱

పొద్దుతిరుగుడుపువ్వు మబ్బులుపట్టిన రోజు ఏ విధంగా సూర్యుడున్న దిక్కుకే తిరుగుతుందో, అదే విధంగా మనిషి కష్టంలోనూ, సుఖంలోనూ కూడా భగవంతునిగురించి మర్చిపోకూడదు.

✱

తాడిచెట్టు బాగా ఎత్తుగా ఎదుగుతుంది. కాని దాని కింద విశ్రాంతి తీసుకోవటానికి పనికిరాదు. మర్రిచెట్టు తాడితో పోలిస్తే, పొట్టిగా వుంటుంది. కానీ, చుట్టూ బాగా విశాలంగా విస్తరిస్తుంది. అందరూ దానికింద విశ్రాంతి తీసుకోవచ్చు. ధనవంతుడుగా బాగా సంపాదించినవాడు, తాడి



చెట్టులాంటివాడు.గుణవంతుడిగా ఎదిగి,అందరి కోసం స్పందించే మనసున్నవాడు మర్రిచెట్టు. నేడు ప్రపంచం కొంతవరకైనా సుభిక్షంగా వుంది అంటే అది గుణవంతుల చలువవల్లే.

వారు ఇతరులకు ఆసరా ఇవ్వటంవల్ల లోకంలో మంచిని పెంచుతున్నారు. ఎంత సంపద వున్నా, ఇతరులకు సహాయంచేసే గుణం లేకపోతే, వారి వల్ల లోకానికేం ప్రయోజనం వుండదు.

✱

కనిపించినవారినందరినీ నమ్మటం,అసలు ఎవ్వరినీ నమ్మకపోవటం రెండూకూడా బలహీనతలే. మనిషి విచక్షణాజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించి సందర్భానుసారంగా వ్యవహరించాలి.

కార్చిచ్చుతో చలి కాచుకోకూడదు. ఎంత మండు వేసవైనా, చల్లదనంకోసం మంచుగడ్డపై నిద్రించనూకూడదు.

✱

అమెరికా కుర్రాడు : అమ్మాయి గురించి ఏం తెలుసుకోకుండా, పెద్దలు కుదిర్చిన పెళ్ళి మీరెలా చేసుకుంటారు?

భారతీయ యువకుడు: అమ్మాయిగురించి తెలిసిన తరువాతకూడా మీరు ప్రేమపెళ్ళి ఎలా చేసుకుంటారు?

✱

బండరాయిచివరిదెబ్బకు పగులుతుంది.అందుచేత మొదటి సుత్తి దెబ్బ వృధా అని భావించకూడదు. నిరంతరం, ఆపకుండా ప్రయత్నంచేసినప్పుడే విజయం లభిస్తుంది. నిజానికి మొదటి దెబ్బే, చివరి దెబ్బకూడా. ఏ పనైనా మొదలుపెట్టకుండానే ఎలా పూర్తవుతుంది?

✱

మనుష్యులు మంచి జ్ఞాపకాలను ఫోటో ఆల్బమ్‌లు, సి.డి.లు, టేపులు, పెన్‌డ్రైవ్‌లలో దాచుకుంటారు. చెడ్డ జ్ఞాపకాలను మనసులో పెట్టుకుంటారు. వీటిని అటుదిటు మారిస్తే, జీవితం తనంతట తనే మారిపోతుంది అద్భుతంగా.

✱

యథా బీజాంకురః సూక్ష్మః
ప్రయత్నేన అభిరక్షితః
ఫలప్రదో భవేత్ కాలే
తద్వలోకో సురక్షితః

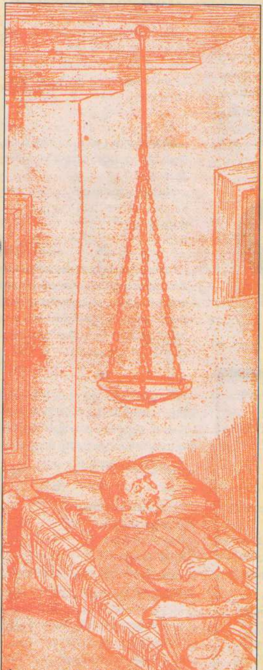
విత్తనం నుండి వచ్చే మొలక చాలా చిన్నది. అయినా దాన్ని జాగ్రత్తగా రక్షిస్తే అది పెరిగి, పెద్దదై మనకు మంచి పండ్లను ఇస్తుంది.

ఈ లోకం కూడా అలాంటిదే. తోటివారికి మనం చేసిన సహాయం, సేవ వృధాపోదు.

ఏదో ఒకనాడు, అది తిరిగి మనకు సహాయంగా అందుతుంది.

గజకర్ణ ... గోకర్ణ





సేకరణ : చందమామ రావే

ఒక వూళ్ళో గజకర్ణ అనే గజదొంగ ఉండేవాడు. ఆ పక్కవూళ్ళోనే గోకర్ణ అని మరో దొంగ ఉండేవాడు. వీళ్ళిద్దరూ ఒకడిని మించినవాడు ఇంకొకడు.

ఒకరోజున వీళ్ళిద్దరూ ఒకచోట కలునుకున్నారు. గజకర్ణ ఎవరో గోకర్ణకు తెలియదు, గోకర్ణ ఎవరో గజకర్ణకు తెలియదు.

అయినా ఇద్దరూ దొంగలు కనుక, ఒకడి దగ్గర డబ్బు ఇంకోడు కాజెయ్యా లని "ఓహో, బావా!" అంటే, "ఓహో, బావా!" అని పలకరించుకున్నారు.

గోకర్ణ దగ్గరవున్న డబ్బు కాజెయ్యా లని, ఆ రాత్రికి అతన్ని తన ఇంటికి భోజనానికి పిల్చాడు గజకర్ణ.

పిండివంటలూ అవీ చేయించి, గజకర్ణ అదివరకు తను దొంగలించిన బంగారుపళ్ళెంలో గోకర్ణకు భోజనం పెట్టించాడు.

భోజనం చేస్తూండగా గోకర్ణకు ఆ బంగారపుపళ్ళెం ఎలాగైనా కాజెయ్యా లని ఆశ పుట్టింది. గజకర్ణ మాత్రం ఏం తక్కువ తిన్నాడు గనకనా!

"కంఠందాకా తిండి మెక్కిస్తే మత్తెక్కి నిద్రపోతాడు. అప్పుడు మనం వీడిదగ్గర డబ్బు కాజెయ్యవచ్చుకదా" అనుకున్నాడు గజకర్ణ.

గోకర్ణ భోజనం చేసిన తర్వాత దొంగనిద్రపోతూ పడుకున్నాడు.

ఇదే సందుగదా అని, గజకర్ణ లేచి వచ్చి గోకర్ణ మొలచుట్టూ తడిమి చూశాడు డబ్బుసంచికోసం.

కాని పాపం ఏమీ కనిపించలేదు. చేసేది లేక పోయి పడుకున్నాడు.

దొంగనిద్రపోతున్న గోకర్ణ, గజకర్ణ నిద్రపోగానే పెట్టెతాళం ఊడగొట్టి, బంగారపు పళ్ళెం తెచ్చి తలకింద దాచు కుని పడుకున్నాడు.

కొంతసేపటికి గజకర్ణకు మెలుకువ వచ్చి తన పెట్టెవంక చూశాడు. తాళం ఊడగొట్టి ఉంది. గుట్టుచప్పుడు కాకుండా గోకర్ణ పక్క అంతా వెతికాడు.

చివరికి తలక్రింద కనిపించింది బంగా రపు పళ్ళెం. మెల్లిగా పళ్ళెంనిండా నీళ్ళు పోసి, ఆ పళ్ళెం వుట్టి మీద పెట్టి, వుట్టికింద తను మంచం వేసుకుని పడుకున్నాడు. "పళ్ళెం కదిలిస్తే నీళ్ళు మీదపడతాయి కదా, అప్పుడు నాకు మెలుకువ వస్తుంది" అనుకున్నాడు పాపం గజకర్ణ.

ఇదంతా దొంగనిద్రపోతున్న గోకర్ణ చూస్తూనే వున్నాడు. గజకర్ణని నిద్రపోనిచ్చి మెల్లిగా కచికలు తెచ్చి వుట్టిమీద పళ్ళెంలో వెయ్యటం మొదలు పెట్టాడు. కాసేపటికి పళ్ళెంలో వున్న నీళ్ళన్నింటినీ కచికలు పీల్చివేసినాయి. అప్పుడు ఆ పళ్ళెం తీసుకు పోయి ఒక చెరువులో దాచి వచ్చి, ఏమీ ఎరుగని వాడికిమల్లే పడుకున్నాడు.

ఇంతలోకే గజకర్ణకు మెలుకువ వచ్చింది. వుట్టి వంక చూశాడు. పాపం పళ్ళెం కనిపించలేదు.

అయినా వీడేం తక్కువ తిన్నాడు గనకనా! గోకర్ణ దగ్గరికిపోయి కాళ్ళు పరీక్షగా చూశాడు. పాదాల మీద ఇసుక అక్కడక్కడా కనబడింది. ఇంకేం వీడు పళ్ళెం ఎక్కడో చెరువులో దాచివచ్చి ఉండాలి, అను కున్నాడు. అనుకున్నవాడు బయలుదేరాడా, అబ్బే కాళ్ళు నాకటం ప్రారంభించాడు.

ఎందుకో తెలుసా? నీళ్ళల్లో ఎంత లోతుకుపోయి దాచిపెట్టాడో తెలుసుకోవటానికి. అలా కాళ్ళు నాకుతూ ఉంటే మోకాళ్ళదాకా చప్పగానూ, ఆపైన ఉప్పగానూ ఉంది. కనక, 'తప్పకుండా మోకాటి లోతు నీళ్ళలోకిపోయి పళ్ళెం అక్కడ దాచివుంటాడు. అందుకనే మోకాళ్ళవరకూ చప్పగా, ఆపైన ఉప్పగా ఉంది' అనుకున్నాడు.

ఆ ఊళ్ళో ఉన్నది ఒక్కటే చెరువు.

మోకాటి లోతువరకూ పోయి వెతికితే దాంట్లో పళ్ళెం దొరికింది. పళ్ళెం తీసుకుని గజకర్ణ ఇంటికి వస్తున్నాడు. ఈలోపుగా గోకర్ణ లేచిచూస్తే గజ కర్ణ కనిపించలేదు.

'వీడు మనల్ని మించినవాడురా బాబూ, వీడితో పోటీకి పోవటంకంటే, మంచి చేసుకుని, భాగస్వామిగా చేరటం మంచిది' అనుకున్నాడు గోకర్ణ.

పళ్ళెం తీసుకుని గజకర్ణ ఇంటిగుమ్మం దగ్గరకు రాగానే గోకర్ణ ఎదురుగా పోయి "బావా! ఏమో అను కున్నానుగాని, నన్ను మించినవాడివే నువ్వుకూడా! ఇకనుంచి మనమిద్దరం కలిసి వ్యాపారం సాగిద్దాం. మంచి లాభం కూడా వస్తుంది. వచ్చిందాన్ని ఇద్దరం సమంగా పంచుకుందాం" అన్నాడు గోకర్ణ.

ఇందుకు గజకర్ణ కూడా ఇష్టపడ్డాడు.

మంచిరోజు చూసుకుని గజకర్ణ, గోకర్ణలు దొంగ తనానికి బయలుదేరారు.

దారిలో గోకర్ణ గజకర్ణతో "ఒరే బావా! మా వూళ్ళో సుబ్బన్నశెట్టి చనిపోయాడట. వాడు మనకు వెయ్యి రూపాయలు బాకీ వున్నాడని, శెట్టి తమ్ముణ్ణీ, పెళ్ళాన్నీ ఆ బాకీ తీర్చమని అడుగుదాం.

వాళ్ళు రుజువు అడుగుతారు. అప్పుడు మనం ఏమి చెబుదాము?" అని అడిగాడు.

"అదికూడా నువ్వే చెప్పు" అన్నాడు గజకర్ణ.

"అయితే విను. శెట్టిని దహనం చేసినచోటనే ఒక గొయ్యి తీసి అందులో నిన్ను పూడ్చిపెడతాను. నీకు మాత్రం గాలి ఆడేట్టుగానే పూడ్చిపెడతానులే. తర్వాత నేను వెళ్ళి శెట్టి పెళ్ళాంవాళ్ళని డబ్బు అడుగుతాను. అప్పుడు వాళ్ళు 'నీకు బాకీ వున్నట్టు రుజువు లేందే మేము ఎలా నమ్ముతాం' అంటారు.

'కావల్సివస్తే శెట్టిగార్ని దహనంచేసిన చోటికి పోయి శెట్టిని పిలుస్తాను. శెట్టి పలికితేనే నాకు డబ్బుఇవ్వండి' అని వాళ్ళని ఇక్కడికి తీసుకొస్తాను.

తీసుకొచ్చి 'ఓ సుబ్బన్నశెట్టీ' అని పిలుస్తాను. నువ్వు గోతిలోనుంచి 'ఓ' అని పలుకు.

అప్పుడు 'నీవు నాకు వెయ్యి రూపాయలు బాకీ వున్నావు కదా' అని అడుగుతాను.

'ఔను' అనిపలుకు. నిజమేగదా అనుకుని వాళ్ళు వెయ్యి రూపాయలు ఇస్తారు. ఇద్దరంపంచుకుందాం" అన్నాడు గోకర్ణ.

సరే, బాగుందంటే బాగుందనుకున్నారు తోడు దొంగలిద్దరూ. గజకర్ణని పూడ్చిపెట్టి గోకర్ణ శెట్టి గారింటికి వెళ్ళాడు. అనుకున్నట్టుగానే, 'రుజువులేనిదే బాకీ తీర్చము' అన్నారు శెట్టి పెళ్ళాంవాళ్ళు.

సరేనని, గోకర్ణ వాళ్ళని తీసుకుని గజకర్ణని పూడ్చి పెట్టిన చోటికి వచ్చి 'ఓ సుబ్బన్న శెట్టీ' అని పిలిచాడు. 'ఓ' అని పలికాడు గజకర్ణ గోతిలోంచి.

"సుబ్బన్న శెట్టీ! నువ్వు నాకు వెయ్యి రూపాయలు బాకీ వున్నావుకదా?" అని తిరిగి అడిగాడు గోకర్ణ.

"అవును" అని పలికాడు గజకర్ణ గోతిలోనుంచి.

పాపం, శెట్టిపెళ్ళాంవాళ్ళు నిజమే గదా అనుకుని, గోకర్ణని తీసుకెళ్ళి వెయ్యి రూపాయలు దర్శించుకుని పంపారు.

గోకర్ణ తిరిగివచ్చి గజకర్ణని పూడ్చిపెట్టిన గోతిమీద పెద్ద బండ పెట్టి వెయ్యిరూపాయలు తీసుకుని ఉడాయించాడు.

"బావా! బావా!" అని కేకవేశాడు గోతిలోనుంచి గజకర్ణ. ఇంకెక్కడి బావ! అప్పుడే అరమైలు దూరం వెళ్ళిపోయాడు.

ఎలాగో తిప్పలుపడి గజకర్ణ ఇంకో కష్టం చేసుకుని కొంతసేపటికి గోతిలోనుంచి బయటపడ్డాడు.

గోకర్ణ చేసిన మోసానికి బదులు తీర్చుకోవాలని నిశ్చయించుకున్నాడు. స్మశానం నుంచి ఊరి బయటకుపోయే త్రోవ ఒకటి ఉన్నది. ఆ త్రోవనే బయలుదేరాడు గజకర్ణ, గోకర్ణని వెతుక్కుంటూ.

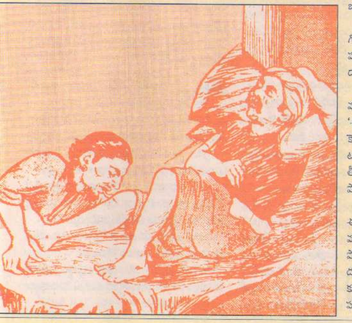


వెయ్యిరూపాయలు ఒక్కడే ఎలా మోస్తాడూ? అందుకని గోకర్ణ ఒక ఎద్దుని కొని దానిమీద రూపాయల మూట వేసుకుని పోతూవున్నాడు.

అంత దూరాన పోతూవున్న గోకర్ణని గజకర్ణ దూరాన్నుంచి చూశాడు.

పొలాల్లో గుండా నక్కినక్కి పోయి ఎలాగైతేనేం గోకర్ణకంటే ముందుగా చేరుకున్నాడు.

గజకర్ణ దగ్గర ఎక్కడో కాజేసిన ఒక చక్కటి చెప్పుల జత కొత్తది వున్నది.



వాటిలో ఒక చెప్పుని గోకర్ణ వచ్చే దారిలో పడేసి మళ్ళీ పొలాల్లో దాక్కుని చూస్తున్నాడు.

కొంతసేపటికి గోకర్ణ వస్తూ ఆ చెప్పు చూశాడు. 'ఈ ఒంటి చెప్పు తీసుకెళ్ళి నేనేం చేసుకుంటాలే" అనుకుని చెప్పు తీసుకోకుండానే వెళ్ళి పోతున్నాడు.

పొలాల్లోంచి గజకర్ణ ఈ మాటలు విన్నాడు. మళ్ళీ అలాగే నక్కుతూ పోయి గోకర్ణకంటే ముందుగా చేరి రెండో చెప్పు కూడా గోకర్ణ వచ్చేదారిలో పడేసి దాక్కుని చూస్తున్నాడు. కొంతసేపటికి గోకర్ణ వస్తూ ఈ చెప్పు చూసి 'ఒంటిచెప్పు' అనుకున్నాను. రెండోది కూడా దొరికింది. పోయి మొదటిది కూడా తెచ్చుకుంటాను" అనుకుని ఎద్దుని ఒక చెట్టుకు కట్టేసి మొదటి చెప్పు తెచ్చుకోవటానికి వెనక్కి వెళ్ళాడు.

గోకర్ణ అటుపోగానే గజకర్ణ మెల్లిగా పొలాల్లోంచి వచ్చి చెట్టుకు కట్టిన ఎద్దుని రూపాయల మూటతో గబగబా తోలుకునిపోయాడు. కొంతదూరం పోయిన తర్వాత ఎద్దుని వదిలిపెట్టి రూపాయల మూటతో ఒక గడ్డివాములో దాక్కుని కూర్చున్నాడు.

గోకర్ణ తిరిగివచ్చి చూసుకుంటే, పాపం ఎద్దూ లేదు, రూపాయల మూటా లేదు.

తప్పకుండా ఇది మనవాడి పనే అయివుంటుంది అనుకుని ఆ దోవనే దిక్కులు చూసుకుంటూ వస్తున్నాడు. దోవలో గడ్డివామి కనిపించింది.

'గడ్డివామి తప్ప దాక్కోవటానికి ఇక్కడ ఇంకా ఏమీలేవు. తప్పకుండా ఇందులోనే వుండాలి' అనుకుని గడ్డివామిలోంచి ఒక్కొక్క పరకా లాగటంమొదలు పెట్టాడు గోకర్ణ. "చిక్కిపోయానురా బాబూ" అంటూ వామిలో నుంచి గజకర్ణ బయటపడ్డాడు.

"మనిద్దరి మధ్యా పేచీలు దేనికి. ఈ రూపాయలు ఇద్దరం సమంగా పంచుకుందాం" అన్నాడు గోకర్ణ. సరేనంటే సరేనను కుని అలాగే పంచుకుని మళ్ళీ మామూలుగా ఇళ్ళకు చేరుకున్నారు, ఆ తోడు దొంగలిద్దరూ.

బొంతా లక్ష్మణరావు

కామెడీ కథ

చటక్ చటక్ గుఱ్ఱం!



"అక్కయ్యా! ఇంట్లో వున్నావా?" అంటూ హడావుడిగా లోపలి కొచ్చాడు శంకరం.

"తలుపులు బార్లాతీసివుంటే వున్నావా అని అడుగుతావేమిట్రా..." అంటూ దీర్ఘం తీసింది సీతారత్నం.

వంటింటి గడపమీద తల పెట్టుకుని పడుకోవడం మొద ట్నుంచీ ఆమెకు అలవాటు.

"ఇక్కడున్నావా? పడుకో పడుకో లేవకు" అంటూ లేవబోతున్న ఆమెను వారిస్తూ పక్కనే చతికిలబడ్డాడు శంకరం.

"ఏమయిందిరా వెళ్ళిన పని? కాయా? పండా?" అంటూ ఆరా తీసింది.

"పండేనే! నువ్వేం కంగారుపడకు, అన్నీ నే దగ్గ రుండి చూసుకుంటాగా" తమ్ముడు హామీ ఇచ్చే సరికి సీతారత్నంకి కళ్ళల్లో నీళ్ళుబికాయి.

"అదేకదరా నా ధీమా, ఐనా నిన్ను చూసుకునేగా ఈ కార్యానికి ధైర్యంగా పూనుకుంది"

"మరే"అని సీతారత్నం భుజంతట్టాడు శంకరం.

శంకరం సీతారత్నంకి స్వయాన తమ్ముడు కాకపోయినా చిన్నప్పటినుంచి ఆమెదగ్గరే పెరిగాడు. ఆమెకు అన్ని విషయాల్లో మాటసాయంగానూ, మనిషి సాయంగానూ చేదోడువాదోడుగా నిలబడతాడు.

సీతారత్నంకి ఒక్కగానొక్క కూతురు రమ్య. ఇంజనీరింగ్ పాసయి హైటెక్ సిటీలో ఐటి కంపెనీలో పని చేస్తుంది. రమ్య ఇంజనీరింగ్ చదువుతున్న ప్పుడే తండ్రిని కోల్పోయింది.

భర్త ఆకస్మిక మరణంతో సీతారత్నం ఒంటరి దయ్యింది. దాంతో కూతురి మనసు నొప్పించ కుండా కంటి రెప్పలా చూసుకుంటూ తను కోరిన కోర్కెలు తీర్చడానికే ప్రయత్నిస్తోంది.

డా. మద్దాళి ఉషాగాయత్రి

ఉద్యోగంలో కూడా స్థిరపడింది కదా అని కూతురికి సంబంధాలు చూసే పనిలో పడింది. మంచంమీద అడ్డంగా పడి నిద్దరోతోంది రమ్య. సెల్‌ఫోన్ ఎక్కడ వుందా అని చుట్టూ చూశాడు శంకరం. అయినా శంకరం పిచ్చిగాని ఎక్కడో ఎందు కుంటుంది. నారదుడి చేతిలో చిడతల్లా అరచేతి లోనే పట్టుకుని పడుకుంది.

ఒంగి సెల్‌ను ముందు జాగ్రత్త చర్యగా తీసి తన జేబులో వేసుకున్నాడు. లేకపోతే తను రాత్రిదాకా కూర్చున్నా, మాట్లాడే ఛాన్స్ దొరకదని తెలుసు. ఇప్పుడు ధైర్యంగా రమ్యని నిద్రలేపాడు.

"రమ్యా లే బారెడు పొద్దెక్కింది" అంటూ చిన్నగా ఒక్క జెర్క్ ఇచ్చాడు. కళ్ళు తెరవకుండానే చేత్తో మంచంమీద, దిండుకిందా వెతుకుతోంది.

శంకరానికి అర్థమైంది. ఆ వెతుక్కోవడం సెల్ కోసమని, ఏం చేస్తుందా అని చూడసాగాడు.

సెల్ చేతికి తగలక పోయేసరికి టక్కున కళ్ళు తెరిచింది.

"అయ్యో నా మొబైల్ పోయింది, అమ్మా..." అంటూ ఓ గావుకేక వేసింది రమ్య.

ఆ అరుపుకి వంటింట్లో ఠంగుమని ఏదో గిన్నె కిందపడ్డ సౌండ్.

"ఏం పోయిందే తల్లీ..." అంటూ ఆపాట్నే గదిలోకి పరిగెత్తుకొచ్చింది.

శంకరం గట్టిగానవ్వి "కంగారుపడకే నీ కూతుర్ని నిద్రలేపడానికి నేను ఉపయోగించిన చిన్న టెక్నిక్" అన్నాడు. "మావయ్య ఏంటి నువ్వుకూడా..." బుంగ మూతి పెట్టి లేచి కూర్చుంటూ అంది.

"అదీ లేచావా... బాగా మెలుకువ వచ్చిందా... లేచి మొహం కడుక్కోనిరా, నీతో పర్సనల్‌గా మాట్లా డాలి" అని శంకరం హాల్లోకి నడిచాడు.

ఏదో కొంప మునిగేట్టుందని గ్రహించింది రమ్య. తప్పనిసరై ఫ్రెష్ అవడానికి లేచింది.

"ఒరేయ్ తమ్ముడూ... దాని ఉద్దేశ్యం ఏమిటో కనుక్కోరా. నేను వంటింట్లోనే వుంటాను. మీమధ్యకు అస్సలు రాను సరేనా"

రమ్య వచ్చేలోపల శంకరంతో ఈ నాలుగు మాటలు గబగబా చెప్పేసి వంటింట్లోకి మాయమైంది సీతారత్నం. రమ్యతో పర్సనల్‌గా చాలాసేపు మాట్లాడాడు శంకరం. ఫైనల్‌గా అతనికి అర్థమైందేమిటంటే రమ్య తనతో పని చేస్తున్న ఓ మరాఠీ అబ్బాయిని ప్రేమిస్తుందని, ఆ విషయాన్ని దాచి ఇలా పెళ్ళి విషయం దాటేస్తోందని, మనసులో మాటని చెప్పేసి, "అన్నీ నువ్వే చూసుకో మావయ్య అమ్మతో చెప్పడం ఒప్పించడంతో సహా" అంటూ తేలిగ్గా ఊపిరి తీసుకొని తన రూమ్‌లోకెళ్ళి తలుపేసుకుంది రమ్య.

ఇప్పుడు రమ్య పని హాయిగా వుంది.

టెన్షన్ అంతా వదిలిపోయిందనుకుంటూ, వెళ్ళి బాత్‌రూమ్‌లోకి షవర్‌కింద నిలబడింది. శంకరం మాత్రం చాలా ఓర్పుగా నేర్పుగా విషయం అక్కయ్య చెవినవేశాడు.సీతారత్నంకు గుండాగినంత పనైంది.

కాని బొత్తిగా వేష, భాష, ఆచార వ్యవహారాలేవీ ఒక్కటంటే ఒక్కటి కూడా కలవనివాళ్ళతో సంబంధం ఎలా కలుపుకోవాలని ధర్మసందేహంలో పడింది.

అన్నీ తన నెత్తినేసుకుని మొత్తానికి, శంకరం చివాట్లు, చెప్పుదెబ్బలు అన్నింటికీ సిద్ధమయి రెండు వర్గాలమధ్య సయోధ్య కుదిర్చాడు.

ఈ వ్యవహారాలన్నీ నడిపించడానికి శంకరం ఓ దుబాసీని ఆశ్రయించాల్సివచ్చింది. దుబాసీ అంటే అనువాదకుడు అని అర్థం.

ఆ అవసరం ఎందుకొచ్చిందంటే మన శంకరం ప్రాథమిక, హైస్కూలు విద్య అంతా అమలాపురంలోనే. కాలేజీ చదువు నిమిత్తం హైదరాబాద్‌కు వచ్చినా, దొరికిన స్నేహితులంతా తూగో, ప.గో. జిల్లాలవాళ్ళే. దాంతో హిందీ మాట్లాడ్డం అస్సలు అబ్బలేదు.

ఈ సంబంధం విషయంగా వెళ్ళి పెళ్ళిమాటలు మాట్లాడేసరికి చచ్చే చావైంది శంకరానికి.

అన్నిటికీ సరే అనుకున్నారు ఇరువైపుల పెద్దలు. పెళ్ళి కొంత వాళ్ళ పద్ధతి, కొంత మన తెలుగు సంప్రదాయంలో జరపాలని నిర్ణయించుకున్నారు.

ఉత్తరాదివాళ్ళ సంప్రదాయం ప్రకారం గుర్రం మీద పెళ్ళికొడుకు ఊరేగింపుగా పెళ్ళిమంటపానికి వచ్చే వేడుక వుండాలని ముచ్చటపడ్డారు.

అంటే గుర్రంమీద పాగా కట్టుకొని, పెళ్ళికొడుకు స్వారీ, అదే 'బారాత్' గుర్రం ముందు ఆడా మగా అందరూ డ్యాన్సులు చేసుకుంటూ, టపాకాయలు కాలుస్తూ, తలకు పాగాలతో, పెళ్ళి పెద్దలు ఆర్భాటంగా తరలివస్తారు. దానికీ 'ఊ'కొట్టాడు శంకరం.

రమ్యకి మహా సంబరంగా ఉంది.

"కల నిజమాయెగా కోరిక తీరెగా" అంటూ పాడుకుంటూ ఎడతెరిపి లేకుండా సెల్‌లో ఫ్రెండ్స్‌తో కబుర్లు చెపుతూనేవుంది.

"మావయ్యా నాదో చిన్నకోరిక" పెళ్ళి శుభలేఖలకు అడ్రసులు రాస్తున్న శంకరంపక్కన చేరింది. శంకరానికి ఎడం కన్ను అదిరింది. దీనికికూడా గుర్రం ఎక్కి బారాత్ జరుపుకోవాలన్న కోరికైతే కాదుకదా! అసలే ఒక్క గుర్రాన్ని ఏర్పాటుచేయడం ఎలా అని కొట్టుకుని చస్తున్నా అని మనసులో అనుకున్నాడు.

పైకిమాత్రం "ఏం నువ్వు కూడా గుర్రం ఎక్కుతావా" వేళాకోళంగా అన్నాడు.

"మావయ్యా, అదికాదు మావయ్యమరేమో... మరేమో నాకు పల్లకీలో ఊరేగి రావాలని, ముత్యాల తలంబ్రాలు పోసుకోవాలన్న చిన్న కోరిక అంతే" 'చాలా సింపుల్' అన్నట్లు చూసింది.

"ఏమిటీ పల్లకీనా? ముత్యాల తలంబ్రాలా? పోనీ ముత్యాలంటే చార్మినార్‌కి పోవచ్చు, మరి పల్లకీ ఎక్కడ దొరుకుతుంది?"

"పల్లకి అద్దెకు దొరుకుతుంది లేకపోతే ఏదైనా స్టూడియోలో దొరుకుతుంది.ప్లీజ్ ప్లీజ్ మావయ్యా"

శంకరంకి ఇంక వేరే దారిలేదు, దిక్కులేదు. నీ పెళ్ళి నా చావుకొచ్చింది అనుకొని మళ్ళీ తప్పుతప్పు అని లెంప వేసుకున్నాడు. మంత్రసానిత్వం ఒప్పుకున్నాక తప్పుతుందా మరి, అనుకుంటూ "ప్రయత్నం చేస్తాలే తల్లీ" అన్నాడు.

పెళ్ళిరోజు రానేవచ్చింది. చాలా అట్టహాసంగా ఏర్పాట్లన్నీ సాగుతున్నాయి. హాలు అలంకరణపూలతో విద్యుద్దీపాలతో సర్వాంగసుందరంగా చేయబడింది. పెళ్ళిముహూర్తం రాత్రిపూటయ్యేసరికి దీపాలంకరణలో వచ్చిన అతిథులు అందులో ముఖ్యంగా అమ్మాయిలు మిలమిల మెరిసిపోతున్నారు.

పాత కాలంలో ఐదు రోజులు పెళ్ళి చేసేవారనేవారు. ఒక్కోరోజు ఒక్కో ముచ్చట ఊరంతా పందిరేసి అందరికీ భోజనాలు వడ్డించేవారు. ఈ రోజుల్లో కూడా అయిదు రోజుల పెళ్ళి వేడుకలు జరుపుతున్నారు.

ఒకరోజు 'మెహందీ' అందరినీ పిలిచి గోరింటాకు పెట్టడానికి మనుషులను ఏర్పాటుచేసి, చేతికింత మోచేతికి ఇంత అంటూ డబ్బులు సమర్పించుకునే కార్యక్రమం జరిగే చోటు ఒకటైతే, ఇంకోరోజు 'సంగీత్'. దీనికి ఇంకో హోటల్ బుక్ చేస్తారు.

డ్రెస్ కోడ్ పెట్టి కొరియోగ్రాఫర్‌ని పెట్టి, చిన్న, పెద్ద ఇంకా అన్ని వయసు దంపతులు ఇటూ అటూ వియ్యంకులతోపాటు పెళ్ళికూతురు పెళ్ళికొడుకు కలిసి సినిమాపాటల మెడ్లీలు, డ్యూయెట్లు సమ్మేళనం, పెళ్ళికొడుకు తరుపు స్నేహితులు బంధువులతో బ్యాచిలర్స్ పార్టీ ఒకచోట.

పెళ్ళికూతుర్నిచేసే కార్యక్రమమక్కడ. అక్కడ అబ్బాయి ఇక్కడమ్మాయి. పెళ్ళిముహూర్తం రోజు ముఖ్యమైన రోజుకదా. అందుకే పెళ్ళికిముందు గాని తరువాతగాని మళ్ళీ రిసెప్షన్.

థ్యాంక్‌గాడ్ అక్కడితో ఆగారు. ఈ గ్రూప్‌వేడుకలు అక్కడితో ఆపి హనీమూన్‌కిమాత్రం ఇద్దరినీ విదేశాలకు అందరూ దగ్గరుండి వీడ్కోలు చెప్తారు. అప్పటిదాకా ఫ్రెండ్స్‌తో షాపింగ్‌లే షాపింగ్‌లు.

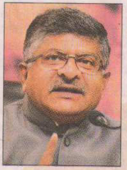
కథకే ప్రాధాన్యం

ఏ పాత్రయినా తన వ్యక్తిత్వానికి తగ్గట్టు వుంటేనే అంగీకరిస్తానంటున్నది కీర్తిసురేష్.

తన తత్వానికి నప్పవనిపించే పాత్రల జోలికి అస్సలు వెళ్ళదట. "నేను కథగురించే ఎక్కువ ఆలోచిస్తుంటాను కాని, పాత్రగురించి కాదు. కథ విభిన్నంగా వున్నప్పుడు దానిలోని పాత్రకూడా భిన్నంగానే ఉంటుందనేది నా అభిప్రాయం.

ఎప్పటికప్పుడు కొత్త కథల్లో నటించాలని ఉబలాటపడుతుంటాను. సినిమా చేశామంటే దాన్ని కుటుంబంతో కలిసి చూసేవిధంగా వుండాలన్న మా అమ్మ మాటల్ని నేను ఎప్పుడూ దృష్టిలో పెట్టుకుంటాను" అని చెప్పింది.





అశ్లీల, అసత్య సమాచారంవంటి వాటిని వాట్సప్ కట్టడి చేయాల్సిందే.

-రవిశంకర్ ప్రసాద్, కేంద్రమంత్రి



వాళ్ళతోపాటు బంధువర్గంకూడా ఒకసారి వేసుకున్న చీర మళ్ళీ రిపీట్ చేయకుండా టైలర్స్... డిజైనర్ జాకెట్లు, వర్క్ చీరలు కుట్టించుకుంటూ మొత్తానికి అందరూ బిజీగానే వుంటారు. అందుకే ఎన్ని చీరలషాపులు వచ్చినా షాపింగ్‌మాల్స్ వచ్చినా పెళ్ళిళ్ళ సీజన్‌లో అందరూ బిజీయే.

అందరికీ మంచి బిజినెస్సే. ఈ లెక్కన చూసుకున్నా ఐదురోజులు దాటనే దాటుతోంది. ప్లానింగ్ అంతా పెళ్ళికూతురు పెళ్ళికొడుకు ముందే చేసేసుకుంటారు. ఏమిటో టాపిక్ ఎక్కడికో పోతోంది.

ఇక అసలు విషయానికొద్దాం. పెళ్ళిఏర్పాట్లు మాట ఎలా వున్నా, శంకరం పరిస్థితిమాత్రం శంకరగిరి మాన్యాలు పట్టేలా వుంది. గుర్రంకోసం తిరిగి తిరిగి శంకరం డస్సిపోతున్నాడు.

పెళ్ళిళ్ళ సీజన్‌కావడంతో గుర్రాలు దొరకడం కష్టమైపోతుంది. అందులో మన సంప్రదాయం కాక పోయేసరికి శంకరం మరీ ఇబ్బంది పడిపోతున్నాడు. చివరికి ఎట్లైతేనేం ఓ మంచి ముదురురంగు గుర్రం దొరికింది. దానికే బోల్డు సంతోషించేశాడు.

"అబ్బాయికి చెప్పు రమ్యా, గుర్రం కుదిరిందని" నిజానికి పెళ్ళి కుదిరినప్పుడు కూడా ఇంత సంతోషించలేదు. రమ్య చేతిలో రెడీగా వుందిగా సెల్.

వెంటనే అబ్బాయికి విషయాన్ని జారవేసింది. రియాక్షన్‌కోసం ఉత్సాహంగా రమ్య ముఖంకేసి చూస్తున్నాడు శంకరం. "ఒకే అలాగే చెప్తాను" రమ్య అనగానే ఫరవాలేదు పెళ్ళికొడుకు థ్యాంక్స్ చెప్పమన్నాడుకాబోలు అనుకున్నాడు.

"ఏమిటీ హ్యాపీనా?" అడిగాడు.

"ఏం హ్యాపీ మావయ్యా గుర్రం తెల్లది కావాలట" అన్నది.

"హతవిధీ" అనుకున్నాడు శంకరం.

"గుర్రం ఏ రంగయితే ఏమ్మా..." అని నీరసంగా అడిగాడు.

"కాదు మావయ్యా దీపక్ వేసుకునే సూటు కలరు, గుర్రం కలరు ఒకటైతే ఏం బాగుంటుందన్నాడు" రమ్య మావయ్యవైపు ప్రాధేయపూర్వకంగా చూస్తూ అంది.

శంకరం మళ్ళీ లేచి నిలబడ్డాడు అశ్వమేధ యాగంలోంచి తప్పిపోయిన అశ్వాన్ని తోలుకొచ్చేవాడిలా. శంకరం అదృష్టం బావుండి ఎవరిదో పెళ్ళిక్యాన్సిలై మనక్కావల్సిన తెల్లగుర్రం దొరికింది. "అమ్మయ్య" అనుకున్నాడు.

"అన్ని ప్రయత్నాలూ ఫలించాయి, దేవుడి దయవల్ల" అనుకున్నాడు ఎంతో రిలీఫ్‌గా.

పెళ్ళిబృందంయొక్క బారాత్ బయలుదేరింది. వాళ్ళని హాల్ దగ్గర రిసీవ్ చేసుకోవడానికి ఆడ పెళ్ళి వాళ్ళు అన్నీ సిద్ధం చేసుకుని ఎదురు చూస్తున్నారు. చాలాసేపు గడుస్తున్నా మగపెళ్ళివాళ్ళ జాడ కన్పించలేదు. శంకరానికి మళ్ళీ గాభరా పట్టుకుంది.

గుర్రం వచ్చే దారిలో పోలీస్ పర్మిషన్ తీసుకోవాలంటే చెమట్లు కక్కుతూపోయి తీసుకున్నాడు.

"మరి ఇంకే కారణమైవుంటుంది అబ్బా" ఏమీ పాలుపోవడంలేదు. ఇంతలో మగపెళ్ళివాళ్ళదగ్గర్నుండి ఫోను వచ్చింది శంకరానికి.

ఆ బ్యాండ్‌మేళం గోలలో ఆ అరుపులు కేరింతల హోరులో అందునా వాళ్ళు చెపుతుంది హిందీలో అయ్యేటప్పటికి మన శంకరానికి చెవికెక్కడం లేదు. బుర్రకి అర్థంకావడం లేదు. మళ్ళీ ఓ హిందీ తెలిసినవాడిని పట్టుకుని వాడి చెవిలో తన సెల్‌పెట్టి దానికి తన చెవి ఆనించాడు.

అతనుచెప్పినదాని సారాంశం ఏమిటంటే, గుర్రాన్ని అవతలే ఆపేశారని ఎందుకంటే ఆ రోడ్డు సగం ఒక పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలోకి వస్తుంది. ఇంకో సగం ఇంకో స్టేషన్ పరిధిలోకి వస్తుందని. శంకరం తీసుకున్న పోలీస్ పర్మిషన్ హాలుకి దగ్గరగా. కానీ పెళ్ళివాళ్ళు అమిత ఉత్సాహంగా ఇంకా ముందు సందునుండి బయల్దేరడంతో మళ్ళీ తంటా వచ్చిపడింది.

శంకరం లేచి రేసు గుర్రంలా పరిగెత్తాడు.

జింఖానా రేసుగుర్రంలా అక్కడక్కడే తిరిగి, అన్నీ సెటిల్ చేసి అలసిపోయి కాళ్ళు పట్టేసి కుంటి గుర్రంలా మళ్ళీ పెళ్ళిపందిరి దగ్గరకొచ్చాడు.

చొంగ కార్చుకున్నంత పనై రొప్పుతూ అక్కడే కుర్చీలో వాలిపోయాడు. ఓవైపునుండి పెళ్ళిముహూర్తం దగ్గరపడి పెళ్ళి కొడుకు విజయవంతంగా తెల్లగుర్రం మీద స్వారీచేస్తూ వచ్చి పెళ్ళి హాలుదగ్గరకు ఆనందంగా నవ్వుతూ చేరుకున్నాడు.

పెళ్ళికొడుకు రాగానే అతను గుర్రం దిగకుండానే హారతి పళ్ళెం పుచ్చుకుని ఎదురెళ్ళారు ఆడపెళ్ళివాళ్ళు. హారతి వెలుగులకు గుర్రం కొద్దిగా బెదిరి, వెనక్కి నాలుగడుగులు వేస్తే మగవాళ్ళు ముందుకు మూడడుగులు వేశారు. ఈలోగా మగపెళ్ళివాళ్ళొచ్చి ఆపారు. "అబ్బాయిని గుర్రం దిగనివ్వండీ" అంటూ...

ఓహో హారతి గుర్రందిగాక ఇవ్వాలికాబోలు" అనుకుని మళ్ళీ వెనక్కి సర్దుకున్నారు.

అందరూ నవ్వుతూ తెలుగులో హాస్యాలాడుతూ పెళ్ళికొడుక్కి హారతిచ్చారు.

ఈలోగా ఇంకోవైపు నుండి పెళ్ళికూతురు పల్లకీలో ఊరేగుతూవచ్చి పెళ్ళికొడుకు అందించిన చేతిని సుతారంగా పట్టుకుని మేనాలోంచి సిగ్గుపడుతూ ఓరగా చూస్తూ దిగింది. పెళ్ళి పందిట్లో అన్నీ సిద్ధం చేసివుంచారు. ఓవైపు పెద్ద స్టీల్‌బేసిన్‌నిండా ముత్యాలు, తలంబ్రాలలో కలిపి వుంచారు.

పెళ్ళి వేడుకంతా భేషుగ్గా నభూతో నభవిష్యత్ అన్న తీరులో జరుగుతోంది.

ఓవైపు బ్యాండుమేళం, ఓవైపు నాదస్వరం మంత్రోచ్చారణమధ్య మంగళసూత్రధారణ, పాపిట్లో సిందూరము, నల్లపూసలధారణ, ఉత్తర దక్షిణ సంప్రదాయాలూ కలయికతో విశేషంగా జరుగుతోంది.

యుగళగీతంలా వున్న ఈ వేడుకను పెళ్ళికి వచ్చినవారంతా చూసి బోల్డంత సంబరపడిపోతున్నారు. కాని నిజానికి ఈ ఏర్పాట్లన్నింటికీ నడుం కట్టినవాడు శంకరం. అతనే మూలవిరాట్టు.

అప్పటిదాకా అన్నింటికీ తానై తిరిగిన శంకరం, ఈ గుర్రం దెబ్బకి మిగతా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనే ఉత్సాహం ఏమాత్రం లేక వాటినేవీ చూసే ఓపికలేక కుర్చీలో ఓ పక్కగా వాలిపోయి వున్నాడు.

అక్కడే అతనికి కొద్దిదూరంలో చిన్నపిల్లలు చల్‌చల్ గుర్రం చలాకి గుర్రమంటూ గుర్రం ఆట ఆడుకుంటున్నారు. 'గుర్రం' అన్నమాట విన్నప్పుడల్లా శంకరం ఒక్కసారిగా ఉలికిపడి, కలవరపడి అటూ ఇటూ బిక్కు బిక్కుమని చూస్తున్నాడు అదురుపాటుతో...

పోటీ ఉండాల్సిందే

తమిళసినిమాలతో బిజీబిజీగా వున్న అందాల తార రాశీఖన్నా చుట్టూ పోటీ వాతావరణము వుంటేనే ఎదగగలం అంటున్నది.

"ఎవరూ పట్టించుకునేవాళ్ళు లేకపోతే జీవితంలో థ్రిల్ అనేది వుండదు. ప్రశంసించేవారితో పాటు విమర్శకులూ చాలా ముఖ్యం. ఆ విమర్శల వల్లే ఎదగాలన్న పట్టుదల వస్తుంది.

కొన్ని సందర్భాల్లో మనం ఏం చేయగలం, ఏం చేయలేమో అనేది మనకు కూడా తెలియదు. మనల్ని నమ్మి రాసే కథలు మనలో నమ్మకాన్ని నూరిపోస్తాయి" అంటున్నది ఈ అందాలరాశి రాశీఖన్నా.



Courtesy : VANITHA

The miracles on earth are the laws of heaven

ఫర్ U

❋ పాటల ప్రభావం

ఏవో ఒక పాటల్ని ఎలా నచ్చితే అలా ప్రాక్టీస్‌చేస్తూ, హమ్‌చేస్తుంటే హాయిగా వుండడంమాత్రమే కాదు-ఆరోగ్యానికీ బోల్డంత ప్రయోజనం అంటున్నారు నిపుణులు. పాటలు పాడడంవల్ల అనేక విధాలుగా ప్రభావం వుంటుంది. ఇది దృఢమైన భావోద్రేక ప్రభావం చూపుతుంది.

పూర్తిస్థాయి ఆరోగ్యం మెరుగుదలకు సాయపడుతుంది. స్నానంచేస్తూ, మనసారా కూనిరాగాలు తీసినా, ఫేవరెట్ పాట వింటూ,దానితో గళంవిప్పినా ఫలితాలు అమోఘంగా వుంటాయి.ఒత్తిడిని తగ్గించడంద్వారా గుండెజబ్బులకు దూరంగా ఉంచుతాయి. ఊపిరితిత్తుల పనితీరు మెరుగవుతుంది. ◆

❋ డివైన్ ఫ్రూట్

దానిమ్మపండును అనేకమంది 'డివైన్ ఫ్రూట్'గా పేర్కొంటుంటారు. దానిమ్మపండులో యాంటీ ట్యూమర్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి.

విటమిన్ సి,ఎ,ఇలు, ఫోలిక్ యాసిడ్ లభిస్తాయి. ఫ్రీర్యాడికల్స్ నుంచి శరీరాన్ని పరిరక్షిస్తుంది. దానిమ్మపండు రోగనిరోధకశక్తిని, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచడంలో సహకరిస్తుంది.

దానిమ్మపండులో పీచు, పోషకాలు ఎక్కువగా ఉండి, జీర్ణక్రియ సక్రమంగా సాగడంలో బాగా ఉపకరిస్తుంది.

మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో, డయేరియా నియంత్రణలో, వృద్ధాప్య లక్షణాలను పొడిగించడంలో ఉపకరించే పండు. బ్యాక్టీరియల్, ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్లు తగ్గిస్తుంది. దానిమ్మరసం తాగుతుంటే జుట్టు రాలడం, చర్మంపై మచ్చలు రావడం తగ్గుతాయి. ◆

❋ పార్కుల్లో నడక

వ్యాయామాల్లో వాకింగ్‌కు ప్రాధాన్యం ఇచ్చేవాళ్ళు, నగరాల్లో నడకంటే బాగా ఇష్టపడేవాళ్ళు ఇందుకోసం పార్కులను ఎంపికచేసుకుంటే బెటర్ అని అంటున్నారు నిపుణులు.

బిజీగా ఉండే వీధుల్లో లేదా ట్రాఫిక్ సంబంధిత కాలుష్యంగల ప్రదేశాల్లో వాకింగ్ చేయడంకంటే సత్ఫలితాలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి.

బాగా ట్రాఫిక్ ఉండే వీధుల్లో వాకింగ్ చేయడంవల్ల కాలుష్యంవల్ల మాత్రమే కాకుండా ఒత్తిడిపూరితమైన రణగొణధ్వనులు, జనంవల్ల కూడా ప్రయోజనాలు తక్కువగా వుంటాయని వారు వివరించారు.

అదే పార్కుల్లో అయితే కాలుష్యం ఉండదు. అక్కడి పచ్చదనం ఆహ్లాదపూరితంగా ఉంటుంది. ◆

❋ చన్నీటి స్నానం

చల్లనినీళ్ళ స్నానం అంటే చాలా మంది 'అమ్మో' అనేస్తుంటారు. వర్షాలతో వాతావరణం చల్లగా వున్నప్పుడు అసలే చెయ్యలేరు.

కాని, చన్నీటి స్నానం చాలామంచిది అంటున్నారు నిపుణులు.

బరువు తగ్గాలనుకునే వారికిది మరింత మేలుచేస్తుందట.

చల్లనినీటితో స్నానం చేశాక శరీరం తిరిగి వేడెక్కాలంటే ఎక్కువ క్యాలరీలు అవసరం అవుతాయి. ఫలితంగా జీవక్రియ వేగం పెరుగుతుంది. దీనివల్ల శరీరంలో కొవ్వు కరిగి వేడి జనిస్తుంది.

కాబట్టి, రోజూ చన్నీళ్ళతో స్నానం చేసేవాళ్ళు ఏడాదికి నాలుగు కిలోల బరువు తగ్గుతారు అన్నది ఓ అంచనా. చన్నీటి స్నానం ఒత్తిడికి కారణమయ్యే హార్మోన్ల విడుదలనుకూడా తగ్గిస్తుందంటున్నారు అధ్యయనకారులు. ◆

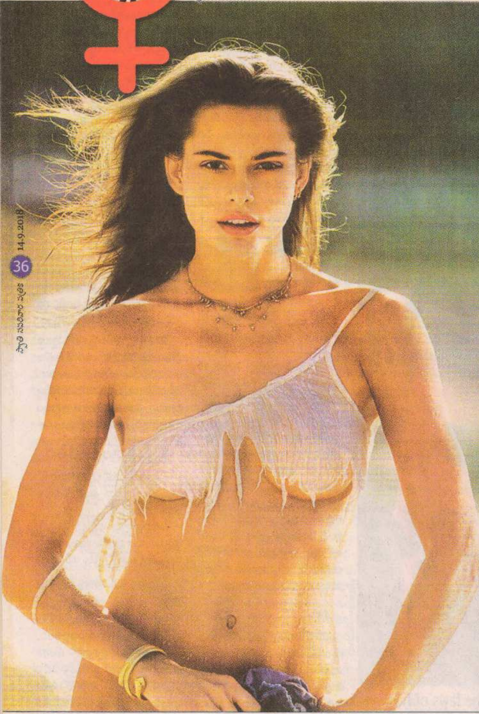
❋ మలినాల వెలికితీత

మనం తీసుకునే ఆహారపదార్థాల్లో పీచు తప్పనిసరిగా ఉండే విధంగా జాగ్రత్త వహించాలి.

పీచుపదార్థాలు ఎక్కువగా అందితే, జీర్ణక్రియ సజావుగా సాగుతుంది. దీనివల్ల చాలా అనారోగ్యాలు దరిచేరవు.

పీచుపదార్థాలు శరీరంలోని మలినాలను, వ్యర్థాలను వెలికి నెట్టేస్తాయి. ఇవి ఆహారంలోని పోషకాలను శరీరం పూర్తిగా గ్రహించేందుకు సహకరించి, బరువును నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. ముఖ్యంగా యాపిల్స్, నట్స్, క్యారెట్, ఓట్‌మీల్, బెర్రీలలో పీచు అత్యధికంగా లభిస్తుంది వీటిలో.

సెక్స్ AND



Courtesy : MAXIMINDIA

సి.ఎల్. తణుకు

నాకు పెళ్ళై రెండు సంవత్సరాలైంది. సెక్స్‌లో నాకెటువంటి ప్రేరణా కల్గదు. అంగస్తంభనలు కూడా అంతంత మాత్రంగానే ఉంటాయి. ఏదో కష్టపడి సెక్స్‌లోపాల్గొన్నప్పటికీ తృప్తి అనిపించదు. సెక్స్‌లో ప్రేరణ పొందడం ఎలా?

సెక్స్‌గురించి ముందు మనస్సులో కోరిక కలగాలి. అపోజిట్ పార్ట్‌నర్‌ని చూసినప్పుడు తనతో సెక్స్‌ని ఎంజాయ్ చేయాలని ఆలోచన కలగడమే కాదు, తహతహ కలగాలి.వారి పొందుకోసం మనస్సు క్షణాల్లో ఆరాటం చెందాలి.

ఆ వ్యక్తితో శారీరకంగా చాలా దగ్గరవ్వాలని మనస్సు కొట్టుకుపోవాలి. ఆ కళ్ళు చూస్తుంటే, ఆ ఒంటిసొంపులు చూస్తుంటే మనస్సులో చెప్పలేనంత ఆరాటం పెంపొందాలి.

స్పర్శలో అమితమైన థ్రిల్ కలగాలి. ఇవన్నీ కలగాలంటే ముందు ఆ వ్యక్తిమీద కోరిక కలగాలి. ఇష్టంలేకుండా పెళ్ళి చేసుకున్నా లేక ఆ వ్యక్తి మీద అసహ్యం ఉన్నా లేదా మరొక వ్యక్తిమీద మనస్సు ఉన్నా జీవిత భాగస్వామిని చూస్తూంటే ఎటువంటి ప్రేరణా కలగదు.

మరికొందరి విషయంలో వాళ్ళ వృత్తి, వ్యాపారాలలో మునిగితేలుతుంటారు. ఇక వాళ్ళకి సంసారం ఆలోచనే రాదు. ఎప్పుడో ఒకసారి మొక్కుబడిగా శృంగారంలో పాల్గొంటారు.

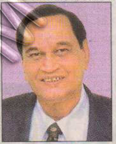
వృత్తి వాపారాల్లో మునిగి తేలేవారికి సెక్స్‌లో ప్రేరణ కలగకపోవడానికి స్ట్రెస్ ప్రధాన కారణం. స్ట్రెస్‌ని అధిగమిస్తే ప్రేరణ కల్గుతుంది. బెడ్‌మీదకు చేరిన తరువాత వృత్తి, వ్యాపారాలని పూర్తిగా మరిచిపోవాలి. సెక్స్‌లో థ్రిల్ పొందాలనే ఆరాటం పెంచుకోవాలి.

ముద్దుముచ్చట్లకి స్థానం ఇవ్వాలి. ఫోర్‌ప్లేతో ఒకరినొకరు బాగా ప్రేరేపించుకోవాలి. ఫోర్‌ప్లేలో ప్రేరణ లభించాలంటే మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండాలి.

శృంగారంలో మధురమయిన అను

PSYCHOLOGY

పక్కనే ఉండి పట్టించుకోవాలి



డా॥జి. సమరం

ఇటీవల బాగా పాపులర్ అయిన పాట 'రంగమ్మ మంగమ్మా... ఏం పిల్లడు పక్కనే ఉంటడు కాని పట్టించుకోడు' అనేది.

తాను మనసుపడిన మగాడు తనపక్కనే ఉన్నా, పక్కన ఉన్నప్పుడు చెయ్యాల్సిన పనులు చేయక, మరేదో లోకంలో ఉన్నట్టుగా వ్యవహరిస్తుంటాడు లేదా ఎప్పుడూ ఫోన్‌లోనో, ల్యాప్‌టాప్‌లోనో బిజీగా ఉంటాడు. అటువంటి అబ్బాయిలను చూస్తే చిర్రెత్తు కొస్తుంది అమ్మాయిలకు.

అటువంటి అమ్మాయిలకు బాగా ఇష్టమవుతున్నది ఆ హిట్ పాట. చాలామంది అమ్మాయిలకి ఆ పాట పాడాలని ఉన్నా పాడలేకపోతున్న పాట అది. పనిలో పడి అసలు తనగురించి ఆలోచించని మగాడిని భరించలేమన్నది ఆడవారి మాట.

ఆఫీసు పనేకాదు, తనతో చేయాల్సిన 'పనులు' ముఖ్యమైనవేనని మరచిపోయిన మగాడితో చివరికి మిగిలేది చిరాకు, నిరాశమాత్రమే.

ఆ నిరాశ, బాధ కలిపి తన్నుకువచ్చే కోపం ఎలా ప్రదర్శించాలో అర్థంకాదు. అలాగని తన్నుకువస్తున్న ఆవేశం ఆపుకోలేరు. తీరని కోరికల గురించి ఆలోచనలు వెంటాడుతుంటాయి.

అటువంటి సమయంలో ఏం చేయాలి, తనను పట్టించుకునే మరో స్నేహితుడివైపు చూడాలా! అనే ఆలోచన వస్తుంది. కొన్ని సమయాలలో ఆ ఆలోచన అమలుచేసి సమస్యను జటిలం చేసుకుంటారు.

మరికొందరు ఆ సాహసం చేయలేక తాను మనిషితో కలిసి బ్రతుకుతున్నానా! లేక యంత్రంతో కలిసి వుంటున్నానా! అనే సందేహం కల్గుతుంది.

అయితే ఇది మగవారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నా ఇటువంటి లక్షణాలు ఆడవారికి లేవని కాదు. ఎప్పుడూ ఇంటి శుభ్రత గురించే ఆలోచించుకుంటూ, అదీ ఇదీ సర్దుతూ, జిడ్డుగారే ముఖంతో నిత్యం దర్శనమిచ్చేవారుంటారు.

ఎక్కువ సమయం ప్రార్థనలకు, ప్రార్థనాలయాల దర్శనానికి కేటాయిస్తూ, భర్తతో సమయం గడపలేని ఆడవారు ఉన్నారు.అటువంటి సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్న మగవాడి బాధను వర్ణించే పాట ఇంకా ఏ సినిమాలోనూ రాయలేదు. మిగిలిన సంగతులు ఎలా ఉన్నా కలిసి జీవించాలన్న నిర్ణయంతర్వాత ఒకరి గురించి రెండవవారు పట్టించుకోని సంసారం ఎంతో కాలం నిలవదు. అలాగని విడాకులతో విడిపోతారని కాదు. మానసికంగా దూరంగా ఉంటారు.

పడకగదిలో ఇద్దరూ కలిసి చెయ్యాల్సిన 'పనులు', కలిసి అనుభవించాల్సిన 'ఆనందం', 'తృప్తి' తగ్గిపోతుంది. లైంగిక జీవితం యాంత్రికంగా మారటంకన్నా నరకం మరొకటి ఉండదు.

ఆఫీసు పని, ఇంటిపని రెండూ ముఖ్యమైనవే. అయితే భార్యాభర్తలకు అవే పనులు కాదు. ఇద్దరూ ఒకరికొకరుగా చేయాల్సిన పనులుంటాయి. ఇద్దరూ ఆశించే అంశాలుంటాయి. అవి చేయటం భార్యగా, భర్తగా అవసరం. అవతలివారే పూర్తిగా నేను ఆశించింది చేయాలి అనే పట్టుదల ఉండకూడదు.

భార్యాభర్తలు ఇరువురూ ఒకరినుండి మరొకరు ఆశించే విషయాలలో శ్రద్ధపెడితే, పట్టువిడుపులు ప్రదర్శిస్తే జీవితం ఆనందంగా, సుఖంగా సాగుతుంది. ఆమెకు పొగడ్తలు ఇష్టం. తాను చేసిన వంటకాలను మెచ్చుకోవాలి. తాను కట్టుకున్న దుస్తులు చూసి పొగడాలి అనుకుంటుంది.

'ఆహా', 'ఓహో' అనే పదాలు ఆడవారిని పడేస్తాయి. కాని అవి అసలు గమనించకుండా ఫోన్‌లో మాట్లాడుతూ భోజనం చేసేవాడిని, చక్కగా అలంకరించుకున్నా పట్టించుకోకుండా ఆఫీసు ఫైళ్ళు లేదా ఇప్పుడు కంప్యూటర్స్‌లో బిజీగా గడిపే మొగుడిని అస్సలు భరించలేదు ఆమె.

మగవాడు భార్యనుండి అణకువను, ఆదరణ ఆశిస్తాడు. తన శ్రమను గుర్తించాలనుకుంటాడు. అలసిన తన మనసు, శరీరానికి సాంత్వనమిచ్చే తోడు, ప్రశాంతమైన ఇంటి వాతావరణం అతని కోరిక. అది వదిలి నేను సమానమే అని వాదించే భార్య, గొంతుపెంచి గద్దించే భాగస్వామి ఎదురైనప్పుడు అతని జీవితం అధ్వాన్నంగా మారుతుంది.

భార్యాభర్తలు ఇరువురూ తాము మరొకరికి అవసరం, ఆసరా అనేది అర్థం చేసుకోవాలి. ఒకరి పెత్తనమే ప్రతిసారీ కుదరదు. తమకుతాము ఏకాంత సమయాలను నిర్దేశించుకుని దానికి అనుగుణంగా పక్కనే ఉండి పట్టించుకోవటం సుఖ సంసారానికి మూలసూత్రం. ◆

భూతులు పొందాలనే తపన ఉండాలి. అలా ఉన్నప్పుడు చక్కని ప్రేరణ కలుగుతుంది.

అరుదుగా కొందరికి డిప్రెషన్ ఉంటుంది. థైరాయిడ్ లోపం ఉంటుంది. ఇటువంటివాళ్ళల్లో మనసు శృంగారపరంగా స్పందించదు.వీటిని గుర్తించి చికిత్స పొందితే శృంగారంలో ప్రేరణ పొందుతారు. డాక్టరుని కలిసి శృంగారంలో ప్రేరణపొందే విషయంలో కౌన్సిలింగ్ పొందాలి.కౌన్సిలింగ్‌ద్వారా మార్పు వస్తుంది.

Work out together and try to look attractive for each

బి.ఆర్. — *కరీంనగర్*

నా వయస్సు 20 సంవత్సరాలు. నాకు అంగస్తంభనలు బాగానే ఉన్నాయి. హస్తప్రయోగం చేస్తున్నాను. వీర్యం పడుతుంది. రోజుకి 3-4 సార్లు హస్తప్రయోగం చేస్తాను. కాని నా వయసుకు తగ్గట్లు అంగం పెరగలేదనిపిస్తుంది. బీర్జాలు చిన్నవిగా అనిపిస్తున్నాయి. బీర్జాలు, అంగం పెరగడానికి ఏంచేయాలి?

అబ్బాయిల్లో 14-18 సంవత్సరాలలోపు పురుషాంగం, బీర్జాలు రెండూ చకచకా పరిమాణం పెరుగుతాయి. 20 సంవత్సరాలు వచ్చేసరికి ఇక పెరుగుదల ఉండదు. మీకు అంగస్తంభనలు చక్కగా ఉండటం, వీర్యస్ఖలనాలు ఉన్నాయి కనుక అంగపరిమాణంగురించి ఆలోచించకండి.మీకు అన్నీమామూలుగా ఉన్నట్లే. ఆందోళనపడవద్దు.

డా॥ జి. సమరం వాసవ్య నర్సింగ్‌హోమ్ బెంజిసర్కిల్ విజయవాడ 520 010 ఫోన్ 0866-2472370 E-mail drsamaram@hotmail.com www.gsamaram.com

వీధిచివర కుడిపక్క ఉందా ఇల్లు. చుట్టూ కాంపౌండ్‌వాల్‌తో అందమైన బిల్డింగ్. అసలా వీధిలోనే అటొకటి ఇటొకటిగా విసిరేసినట్లు వున్నాయి ఇళ్ళు. ఆమె బైక్‌దిగి వెళ్ళి గేటు తీసింది.

బైక్‌ను సరాసరి లోనకు పోనిచ్చి పోర్టికోలో ఆపాడు కశ్యప్. ఆమె గేటు మూసివచ్చింది. కశ్యప్ అప్రమత్తంగా కనుచూపుమేర పరిసరాల్ని గమనిస్తూనే వున్నాడు. పరిసరాల్లో ఎవరూ లేరు. అంతా నిర్మానుష్యంగా వుంది. ఎడతెరిపిలేని వర్షంమూలంగా కావచ్చు.

మూడు మెట్లు ఎక్కితే ఎదురుగా ఎంట్రన్స్ డోర్. అటూ ఇటూ వరండా, ఎడంపక్క వరండా చివర కరెంటు మెయిన్ బోర్డ్ వుంది.

డబ్బులెవరికీ ఊరికే రావు



సీరియల్

ఆమె తన రెయిన్‌కోటు హ్యాటు తీసింది. తర్వాత వెళ్ళి కరెంట్ మెయిన్ ఆన్‌చేసి వచ్చి ఎంట్రన్స్ డోర్ లాక్ తీసి ఓపెన్‌చేసింది. కశ్యప్ లోనకు రాగానే డోర్ మూసి బోల్ట్ వేసి హాల్లో లైట్ ఆన్ చేసింది.

"ఇల్లు చాలా బాగుంది" హాలుని కలయచూస్తూ కామెంట్ చేశాడు కశ్యప్.

హాలుకి ఎదురుగా ఒకటి అటూ ఇటూ కలిపి మూడు డోర్‌లు కనిపిస్తున్నాయి. ఆమె ఎదురుగా ఉన్న డోర్ ఓపెన్ చేసి లోన లైట్ ఆన్ చేసింది. పట్టపగల్లా వెలుగుపరుచుకుంది.

"ఇక్కడ నువ్వు నన్ను ఏం చేసినా అడిగేవాళ్ళు లేరు. నేను కూడా ఏమీ అడగను. ఏమయినా చేయాలనుంటే... అనిపిస్తే చేసెయ్..." అంటూ కొంటెగా నవ్వింది ఆమె. "ఏంటి మీరు. నన్ను చూస్తే రేపిస్ట్‌లా కనిపిస్తున్నానా...?" అంటూ తనూ బెడ్‌రూమ్‌లో అడుగుపెట్టాడు కశ్యప్.

"నీకంత సీన్‌లేదులే బాబూ. అయినా నీకేం తక్కువ. కోరాలేగాని ఏ పిల్లైనా వచ్చి ఒడిలో వాలిపోతుంది. కమాన్? ఇది మనిల్లే అనుకో. రిలాక్స్‌గా సోఫాలో కూర్చో" అంటూ సోఫా చూపించింది.



"హాలుకి అటూ ఇటూ రెండు డోర్లున్నాయి. అవి కూడా బెడ్‌రూమ్‌లేనా?"

"అవును"

E-mail: Suryadevaranovelist@gmail.com

సూర్యదేవర రామ్‌మోహనరావు

"ఇక పని మొదలుపెడదామా?"

"ఏ పని?" అంది టీజింగ్‌గా.

కశ్యప్ రియాక్ట్ అవ్వలేదు. టెన్షన్‌లో ఉన్నాడు.

"జాయింట్‌గా మనం చాలా పనులు చేసుకోవచ్చు. ఇక్కడ అడిగేవాళ్ళు లేరు" అంది తనే తిరిగి.

సీరియస్‌గా చూశాడు కశ్యప్.

"మన ఒప్పందం ఒక పనిగురించే మేడమ్. చాలా పనులు లేవు" అన్నాడు.

"ఓకే ఓ.కే. కూల్. ఐనా ఇద్దరం ఒక ఈడు వాళ్ళం. నాలాగే పిలవచ్చుగా. మేడమ్ అంటూ మర్యాదలేమిటి?" అన్నదామె.

"నిజమే. కాని నేను మర్యాద తప్పటం మర్యాద కాదుగదా" అన్నాడు కశ్యప్.

"నీకంటే వయసులో ఎంతో కొంత చిన్నదాన్ని. 'మేడమ్' అని సంబోధిస్తే నాకు ఇబ్బందిగా వుంది. ప్లీజ్... ఏకవచనమే బాగుంటుంది. ఓకే! మనకి తొందరేంలేదు. నా మొగుడ్ని కాస్త టెన్షన్ పడనీ. అప్పుడే మన పని ఈజీ అవుతుంది"

"నిజంగా డబ్బిస్తాడంటావా?"

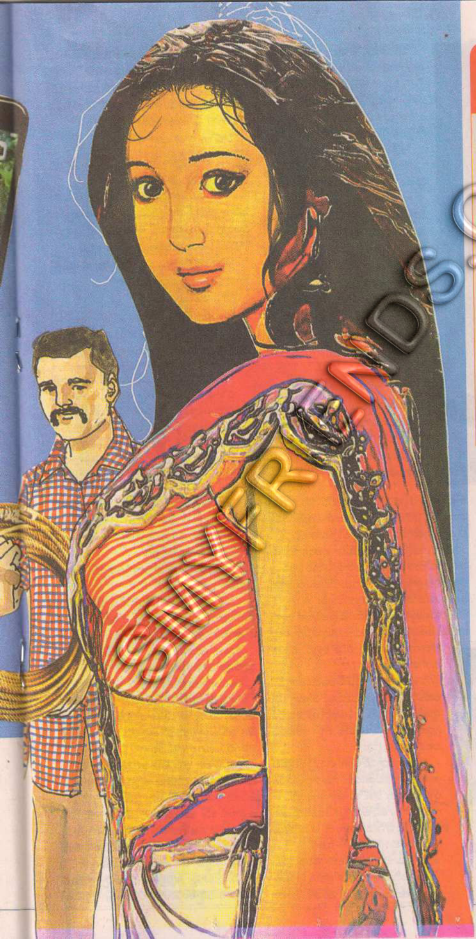
"డౌటా...నాకోసం ఎంతయినా ఇస్తాడు.డౌటే లేదు. కాని నీలో ఈ అమాయకత్వం నాకు నచ్చింది కశ్యప్? ముద్దుపెట్టాలనుంది. పెట్టుకోనా..."

"నో నో నో... వద్దు అంతే"

"ఏం బాబూ... నా ముద్దు అంత చేదుగా ఉంటుందా?" అందామె.

"ముద్దు హద్దు దాటేలా చేస్తుంది. అందుకే వద్దంటున్నాను" అన్నాడు.

హోరున వాన చలి చలి వాతావరణం. ఉడుకు నెత్తురు. ఏకాంతంలో అమ్మాయి అబ్బాయి. ఇనుము అయస్కాంతంలా అతుక్కుపోవాలి. ఏ మగాడయినా అవకాశాన్ని వాడుకోవాలని చూస్తాడు. వీడేమిట్రా



గత సంచికలో ప్రారంభమైన 'డబ్బులెవరికీ ఊరికే రావు' సీరియల్ జరిగిన కథ

నిషాంత్ ఓ పెద్ద బిజినెస్‌మేన్. అతను, అతని భార్య సుమిత్ర చెన్నైలోని ఓ హోటల్‌లో లంచ్ చేస్తుంటారు. బయట జోరున వర్షం. నేను బయట వెయిట్ చేస్తుంటానని నిషాంత్‌తో చెప్పి వెళ్ళిన సుమిత్ర అతను బయటకు వచ్చి వెతికేసరికి కనబడదు. ఆమెగురించి ఎంక్వైరీ చేస్తాడు. ఎవరూ చెప్పలేకపోతారు.

ఆ రెస్టారెంట్‌లోని లేడీస్ స్టాఫ్ కూడా వెతుకుతారు హోటలంతా. ఐనా సుమిత్ర ఆచూకీ లభించదు. కార్లు, బైకులు రిపేర్ చేసే గ్యారేజ్ ఓనర్ కశ్యప్. ఆ వర్షంలో కశ్యప్‌దగ్గరికొస్తుంది సుమిత్ర. పదిలక్షల రూపాయలు అడ్వాన్స్ ఇస్తుంది.

తన భర్త వీక్‌నెస్‌లు చెప్పి అతనెలా తనని హింసించేదీ చెప్పి తనని కిడ్నాప్ చేశానని చెప్పి యాభైకోట్లు డిమాండ్ చేయమని చెప్తుంది.

నేనంటే నా భర్తకి ప్రాణం. చెరో పాతిక కోట్లు తీసుకుందామని చెప్తుంది. ఆ డీల్‌కు ఒప్పుకుంటాడు కశ్యప్. నిషాంత్ దగ్గరికి వస్తుంది అతని పర్సనల్ అసిస్టెంట్ నైనా. ఇక చదవండి.

బాబు 'ఇంత నిగ్రహంగా ఉన్నాడు. అసలు వీడు మగాడేనా!' అనుకుందామె మనసులో.

"నీ భార్య గాంధారను నిజంగా ప్రేమిస్తున్నావా?" అని అడిగిందామె.

"యా..." అన్నాడు సింపుల్‌గా.

"నేన్నమ్మను. నిన్ను రాచిరంపాన పెడుతున్న పెళ్ళాంమీద నీకింకా మోజుగాని, ప్రేమగాని ఉందంటే ఎలా నమ్మేది" అడిగింది.

"నమ్మాలి మేడమ్. పెళ్ళాం ఎలాంటిదైనా భరించేవాడే భర్త. కాబట్టి నా భార్యంటే ప్రేమ వుంది"

"నీ అవసరాలు తను తీర్చకపోయినా..."

"ప్రేమిస్తాను. ఈ జన్మకు భరించాలిగదా"

"నిన్ను మార్చటం ఎవరివల్లా కాదు. పెళ్ళాంతో కష్టాల్ని కూడా ఇష్టంగా భరించేవాడ్ని నిన్నే చూస్తున్నాను" అందామె.

సోఫాలోంచి లేచాడు కశ్యప్. ఛెయిర్ తెచ్చి బెడ్ పక్కన గోడకు చేర్చి వేసింది ఆమె. "నో... నో... మీ వెనక ఈ తెల్లగోడతప్ప ఇంకే వస్తువూ ఫొటోస్‌లో కనబడకూడదు" అంటూ కుర్చీని బెడ్‌కు ఎడంగా లాగి గోడకు చేర్చివుంచాడు కశ్యప్.

"ఫరవాలేదే. నాతో చేరాక నీ బ్రెయిన్ కూడా షార్పవుతోంది" అంటూ నవ్విందామె. తన బ్యాగ్‌లోంచి తన ఖరీదైన స్మార్ట్ ఫోన్, కొన్ని తాళ్ళు, ఒక టేప్, చిన్న వాటర్‌బాటిల్, ఎర్రతిలకం ఉన్న చిన్న ప్లాస్టిక్ డబ్బా తీసి బెడ్‌మీద ఉంచి వచ్చి కుర్చీలో కూర్చుంది.

"నాకు ఎందుకో భయంగా వుంది. అలవాటులేని పని గదా. అసలిది వర్కవుటవుతుందంటారా...?"



పనిలోనే సంతృప్తి

సినిమా సెట్స్, చుట్టూ వుండే వ్యక్తులనుంచి ఎన్నో అనుభవాలు దక్కుతాయని, ఆ అనుభవాలు ఏం చేయవచ్చు, ఏం చేయకూడదు అన్న విషయాలు నేర్పిస్తాయని అంటున్నది అందాలతార పూజాహెగ్డె.

"నేను సినీ ఫలితాలు, విజయాలను కాకుండా రోజువారీ ప్రయాణాన్ని ఆస్వాదించడాన్ని నేర్చుకున్నాను. చేసే పనిలో సంతృప్తిని వెతుక్కుంటాను. దాంతో ప్రతిరోజూ విజయమే అన్నట్లు వుంది. ఇది అందరూ అలవరచుకోవాల్సిన విషయం" అంటున్న పూజాహెగ్డె ప్రస్తుతం భారీ సినిమాలతో బిజీ.

చివరి క్షణంలో మళ్ళీ డొటుపడ్డాడు కశ్యప్.

"ఇదే వద్దన్నాను. భయం దేనికి... ఏం చేసినా కాన్ఫిడెన్స్‌తో చేస్తేనే సక్సెస్ అవుతుంది. ఒకింత డేర్ చేయవయ్యా మగడా"

"ఒకే ఒకే మరోసారి చెప్పండి" అడిగాడు.

"ఒకింత డేర్ చేయవయ్యా మగడా..." అంది ఆమె తిరిగి. "డేర్ చేస్తున్నాగా...!!"

"డబ్బుకోసం డేర్ కాదు"

"మరి...?"

"అనుభూతి కోసం... ఆనందం కోసం..."

"అంటే...?"

"ఓరినాయనో... నిన్ను బాగుచేయటం నావల్లకాదు..." అంది ఆమె.

"నన్ను బాగుచేయటానికేగా ఈ ప్లాన్ వేశావ్. నాదగ్గరకొచ్చావ్!"అన్నాడు కశ్యప్.

"బాబూ! నీకో దండం... నావల్లకాదు గాని... పనికానియ్" అంది ఆమె.

"అర్థమయ్యేలా చెప్పొచ్చుగా!"

"మేల్ అండ్ ఫిమేల్ ఆర్గాజమ్... అర్థమైందా?" నవ్వుతూ అందామె.

"సారీ... అది కాదు ఇప్పుడు ముఖ్యం... కిడ్నాప్ డ్రామా ఎలా అని, మరోసారి చెప్పమని అడిగాను" అన్నాడు.

"ఓ... అదా... నేను ఇంకేదో అనుకున్నానులే..." అంటూ నిట్టూరుస్తూ, తిరిగి ఆమె స్పష్టంగా వివరించింది.

"మన నాటకం సక్సెస్సవ్వాలంటే అంతా పక్కాగా ఉండాలి. కష్టమైనా ఫరవాలేదు. ఇష్టంగా ఓర్చుకుంటాను. నా చేతుల్ని కుర్చీ హ్యాండ్స్‌కి బలంగా కట్టెయ్... నా రెండు కాళ్ళు కలిపి కట్టెయ్. నా నోటికి టేప్ వేసేముందు పెదాలపక్కన కొంచెం ఎర్రతిలకం చారవెయ్. నన్ను చిత్రహింసలు పెడుతున్నట్టు రక్తికడుతుంది.

అలాగే బుగ్గలు కందిపోయేలా బలంగా రెండు పీకు. ఫోటోలు అద్భుతంగా రావాలి. చెప్పేది అర్థమవుతోందా? ఆ తాళ్ళుతీసుకో"అంటూ రెడీ అయిందామె. అంతా ఆమె చెప్పినట్టే చేశాడు కశ్యప్.

ఆమె జుత్తు రేపాడు. చెంపలమీద బలంగా రెండు పీకాడు. అతని చేతివేళ్ళు చెంపలమీద ఎర్రగా తట్టుతేలాయి. నిజంగానే ఆమె కళ్ళలో గిర్రున తిరిగింది నీరు.

కశ్యప్ ఆమె స్మార్ట్‌ఫోన్ అందుకున్నాడు. ఆమె దీనంగా బిత్తరచూపులు చూస్తూ కన్నీళ్ళతో ఏడుస్తోంది... విడిపించుకోవడానికి గింజుకుంటోంది. నోటికి టేప్ అంటించటంతో అరుపుల్లేవు.

నిజంగా కిడ్నాపర్ చెరలో ఉన్నట్టే అత్యంత అద్భుతంగా నటించింది. రకరకాల యాంగిల్స్‌లో ఐదారు ఫోటోలు తీశాడు కశ్యప్.

ఇక చాలు అని ఆమె సైగచేయగానే ఆపేశాడు కశ్యప్. ఫోన్ పక్కనుంచి, ఆమె కట్లు, నోటికి అంటించిన టేపు తీసేశాడు.

ఆమె పైట చెంగుతో పెదవి చివరినుంచి చుబుకంమీదకు రక్తంలా జారిన ఎర్రతిలకాన్ని తుడుచుకుంటూ సెల్‌ఫోన్ అందుకుంది. "సారీ మేడమ్. మీ బుగ్గలు కందిపోయాయి. ఏదో కొట్టమన్నారని..." నసిగాడు కశ్యప్.

"డోన్ట్‌వర్రీ. ఆమాత్రం కొట్టకపోతే ఫోటోలు సహజంగా రావు..." అంటూ ఫోన్‌లో ఒకటొకటిగా తీసిన ఫోటోలను చూడనారంభించింది.

ఫోటోలు చాలా బాగా వచ్చాయి.

"ఎలా వున్నాను ఫోటోలో?" ఫోటోలు చూస్తూ పోజిచ్చి మరీ అడిగింది.

"వండ్రఫుల్ మేడమ్. చాలా బాగా చేశారు. మీరు సినిమా యాక్టర్ కావలసింది. మీ నటన అద్భుతం. నిజంగా మీరు కిడ్నాపర్ చెరలో ఉన్నట్టే ఉన్నారు ఫోటోల్లో" అంటూ అభినందించాడు కశ్యప్.

"సినిమాల్లోనే కాదు ఒక్కోసారి నిజ జీవితంలో కూడా నటించాల్సివస్తుంది. నాలా"

"సో... ఫోటోలు ఒకేనా?"

"డబుల్ ఓకే. వన్ మినిట్... ఇప్పుడు ఈ ఫోటోలన్నీ వాట్సప్ ద్వారా నా భర్త సెల్‌కి పంపిస్తున్నాను. ఎస్... అయిపోయింది. చూడు కశ్యప్! నా భర్త బిజీగా ఉంటాడు. ఆపైన నేను ఏమయ్యానో తెలీక టెన్షన్‌లో ఉంటాడు కాబట్టి ఈ ఫోటోలు చూడకపోవచ్చు. అందుచేత ఫోన్ చేసి నువ్వే చెప్పాలి" అంటూ తన స్మార్ట్‌ఫోన్‌ని పక్కనపెట్టింది.

"నేనా... ఫోన్‌చేసి చెప్పాలా?" అన్నాడు కంగారుపడుతూ కశ్యప్.

"ఎస్. నువ్వే చెప్పాలి. కిడ్నాపర్‌వి నువ్వేకదా"

"అవుననుకో. కాని నా ఫోన్ నుంచి చేస్తే దొరికిపోతా గదా" అన్నాడు కశ్యప్.

"ఇంత అమాయకుడివేంటి...? నీ ఫోన్ వాడకూడదు. తెలిసిందా?" అందామె.

"అయితే ఏం చేయాలి?"

"ఇప్పుడు నా సెల్‌ఫోన్‌నుంచి నా భర్త సెల్‌కి కాల్ చేసి నా ఏడుపు, నా మాటలు వినిపించాలి. కమాన్ డూ ఇట్ ఇమ్మీడియట్లీ" అని తన భర్త సెల్‌కి రింగ్ చేసింది. అవతల తన భర్త ఫోన్ ఎత్తగానే-

తన నోటికి తనే టేప్ అతికించుకుని ఏడుపు మూలుగులు వినిపించింది. ఆపైన టేప్ తీసేసుకుని- సేవ్ మీ నిషాంత్... సేవ్ మీ ప్లీజ్.. ప్లీజ్ సేవ్ మీ... ఐ వాంట్ కమ్ టూ యూ..." అని ఎక్కిఎక్కి ఏడ్చేసింది. ఆమె నటనచూసిన కశ్యప్ బిత్తరపోయాడు.

ముందేమో నోటికి టేప్ అతికించుకొని గింజుకుంటున్నట్టు... టేప్ తీసేసుకొని ప్రపంచంలోని బాధని, భయాన్ని, ఉద్రిక్తతని, దుఃఖాన్ని గొంతులో నింపుకొని ఏడ్చేసింది.



కాంగ్రెస్ పార్టీ కరుణతో, ప్రతి ఒక్కరికీ ఫలితాలు అందించే సామాజిక ప్రణాళిక అమలుచేస్తుందెప్పుడూ.

-పి.చిదంబరం, కాంగ్రెస్ నేత

వామ్మో... వామ్మో...! ఎంత నటన... ఒక స్త్రీ నటించదలచుకుంటే పురుషుడు దేనికీ పనికిరాడని పించింది కశ్యప్‌కి.

"అలా బిత్తరపోవద్దు కశ్యప్! ఈ స్థాయిలో నటిస్తేనే మనమాడే కిడ్నాప్ డ్రామా రక్తికడుతుంది..." అందామె రిలాక్సవుతూ.

సెల్‌ఫోన్ ఎత్తిన నిషాంత్ ముందు తన భార్య మూలుగులు విన్నాడు. నోటికి ఏదో టేప్ ఉన్నట్టు ఏడుపుతో కూడుకున్న మూలుగులు... ఆపైన రక్షించమని ప్రాధేయపడటం.

నిషాంత్ షాక్ తిన్నాడు. కాలు, చేయి ఆడలేదు కొద్దిక్షణాలు నిషాంత్‌కి. ఏం జరిగింది? ఎవరన్నా కిడ్నాప్ చేశారా...? చేస్తే కిడ్నాపర్ ఫోన్ చేయాలిగదా... తన డిమాండ్స్‌కోసం. ఏమర్థంకాలేదు.

"ఇప్పటికే సాయంత్రమయిపోయింది. మనకి ఎక్కువ టైమ్ లేదు. చెప్పేది జాగ్రత్తగా విను. నేను రెండు ఫోన్ నెంబర్లు నీకు ఇస్తాను. ఒకటి నా భర్త పర్సనల్ సెల్ నెంబర్. నేనీ ఫోటోలు పంపింది ఆ నెంబర్‌కే. నా నెంబర్ తెలిసినా ఫరవాలేదు. నా ఫోన్ నుంచి నువ్వే పంపించావనుకుంటాడు"

"రెండో నెంబరు..."

"అది నా మొగుడి ఆఫీసు ల్యాండ్‌లైన్ నెంబరు. ఇప్పుడు నువ్వు బయటికెళ్ళాక ఏదో కాయిన్‌బాక్స్ నుంచి ఫోన్ చెయ్యి. ఇలా మాట్లాడకు. తెలిసిపోతుంది. గొంతు మార్చు లేదా ఎలక్ట్రానిక్స్ స్ట్రీట్‌కెళ్ళు. అది రిచీస్ట్రీట్‌లో వుంది. వాయిస్ ఛేంజర్ కొను. దాన్నడ్డంపెట్టుంచి మాట్లాడు లేదా నోటికి జేబురుమాలు అడ్డం ఉంచుకుని మాట్లాడు.

సెల్‌ఫోన్‌లో ఫోటోలు చూడమను... అర్ధగంట తర్వాత మళ్ళీ ఫోన్ చేస్తానని కట్‌చెయ్.

అర్ధగంట తర్వాత ఫోన్ చేసి వందకోట్లు డిమాండ్ చెయ్యి. అన్నీ యూజ్డ్ నోట్స్. తర్వాత..." అంటూ రెండు నెంబర్లూ స్లిప్‌మీద రాసి కశ్యప్‌కిస్తూ మిగతా ఏం చేయాలో వివరించింది ఆమె.

"ఓకే! ఇంక అంతా నేను చూసుకుంటాను" అంటూ భరోసా ఇచ్చాడు కశ్యప్. అంతలోనే చిన్న డౌటు "ల్యాండ్‌లైన్‌కే ఎందుకు చేయాలి" అనడిగాడు.

"ఎందుకంటే అది పాత మోడల్ ఫోన్. నీవెక్కడ నుంచి చేసినా నెంబరు పడదు. సో... జాగ్రత్త. భయపడకు. కంగారుపడకు. మరో ముఖ్యవిషయం..."

"చెప్పండి?"

"బైక్‌మీద వెళ్ళకు... యాభై కోట్లు. దొరికిపోతావ్. బైక్ షెడ్లోపెట్టి ఏదో కారు తీసుకువెళ్ళు. వాన ఇప్పట్లో వదిలేట్టు లేదు. కాసేపు అమాయకత్వం పక్కనపెట్టి తెలివిగా వ్యవహరించి డబ్బుతో తిరిగిరావాలి..." అందామె.

"మీరే చూస్తారుగా. డోన్ట్‌వర్రీ... బట్ మీరు..." అన్నాడు కశ్యప్.

"ఇక్కడే ఉంటాను... నువ్వు వచ్చాక డబ్బు పంచుకుని ఎవరి దారి వాళ్ళది"

"మరి మీకు భోజనం..."

"బిస్కట్ ప్యాకెట్లు వాటర్‌బాటిల్ తెచ్చుకున్నాను. ఇవి చాలు" అంది ఆమె.

"ఓకే. ఇక నేను బయలుదేరతాను... నేను వచ్చేవరకు మీరుమాత్రం జాగ్రత్తగా ఉండండి" అని ఆమె కట్లువిప్పి, కోటు ధరించిన కశ్యప్ జోరువానలో వెళ్ళిపోయాడు.

ఆమెను గెస్ట్‌హౌస్‌దగ్గరే వదిలేసి బైక్ మీద బయలుదేరిన కశ్యప్ ముందుగా జెమిని ఫ్లైఓవర్‌వైపు ప్రయాణించాడు. వర్షం ఎక్కడా తగ్గలేదు... పెరగలేదు. నిలబెట్టి కురుస్తూనే వుంది. చెన్నైలో చాలా వీధులు జలమయమయ్యాయి. బైక్ నడుపుతూనే ఆలోచిస్తున్నాడు కశ్యప్. అప్పుల బాధతో అవస్థపడుతున్న తనకు సుమిత్ర ఆఫర్ ఒక అదృష్టమనే చెప్పాలి.

ఈ కిడ్నాప్ 'డ్రామా సక్సెస్సయితే నిజంగానే తన కష్టాలు తీరిపోతాయి' ఆలోచనలమధ్య బైక్ జెమిని కాంప్లెక్స్‌ని సమీపించటం గమనించలేదు.

కాంప్లెక్స్‌లో చాలా షాపులు న్నాయి. కొన్ని షాపుల ముందు కాయిన్ బాక్స్‌లు ఉన్నాయి. కాని వర్షానికి చాలామంది షాపులముందు చేరిపోయారు. వాళ్ళముందు తను ఫోన్ చేయలేడు... అందుకే అక్కడ ఆగలేదు. ముందుకు వెళ్ళి కుడిపక్కకు తిరిగి జెమిని ఫ్లై ఓవర్‌ను చేరుకుని ఎడంపక్కకు తిరిగి అన్నాశాలైలో ప్రవేశించాడు. ఒకప్పటి మద్రాస్ ఇప్పుడు చెన్నై అయినట్టే ఒకప్పటి మౌంట్ రోడ్ ఇప్పుడు అన్నాశాలైగా పిలవబడుతోంది.

కొద్దిసేపట్లోనే కశ్యప్ థౌజండ్ లైట్స్ ఏరియాకు చేరుకున్నాడు. దారిపొడవునా తనకు అనుకూలమైన కాయిన్‌బాక్స్‌కోసం వెదుకుతూనేవున్నాడు. ఎందుకంటే కాయిన్ బాక్స్‌లు పబ్లిక్‌ప్లేస్‌లలోనే వుంటాయి.

ఇప్పుడు సెల్‌నుంచి ఫోన్ చేస్తే నెంబర్ ట్రేస్ చేస్తే తను దొరికిపోతాడు. కాబట్టి కాయిన్ బాక్స్‌నుంచే నిషాంత్‌కు ఫోన్ చేయాలి. అందుకే కశ్యప్ తొందరపడలేదు.

చివరకు సత్యం థియేటర్ వీధిలో ఓచోట అలాంటి కాయిన్ బాక్స్ కనిపించింది. దగ్గరలో ఎవరూ లేరు. అద్దాల క్యాబిన్‌లో ఉందా బాక్సు.

వానలోనే బైక్ స్టాండ్ వేసి డోర్ తెరుచుకుని లోనకెళ్ళాడు కశ్యప్. వాన... ఒకటే వాన.

తన ఆఫీసు బాల్కనీలో నిలబడి- గ్లాసు విండోలోంచి- తదేకంగా వర్షాన్ని చూస్తున్నాడు నిషాంత్. అక్కడికి వర్షంతోపాటు చుట్టుపక్కల ఇళ్ళు ఆఫీసులు కూడా వర్షంలో తడిసి ముద్దవుతూ కన్పిస్తున్నాయి.



పర్లేదండోయ్!

ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా, రూపాన్ని ఎంతగా మార్చుతున్నా రెజీనా కెసెండ్రాకు కాలంమాత్రం కలిసిరావడంలేదు.

వరుస పరాజయాలతో అవకాశాలు తగ్గిపోయాయి. మరోమారు అనుకుంటూ 'చంద్రమౌళి' అన్న సినిమాలో గ్లామర్ డోస్ పెంచేసి, ఊపందుకునేందుకు చేసిన ప్రయత్నాలు ఓ మోస్తరుగా ఫలించాయనే చెప్పుకోవాలి.

మొత్తానికి కోలీవుడ్ అవకాశాలు తలుపు తడుతున్నాయి. ఓ రెండు సినిమాలకు ఓ.కే చేసింది. ఇంకో రెండు చిత్రాలు చర్చల దశలో వున్నాయి. అమ్మయ్య!!



స్వచ్ఛమైన హిందీని ప్రోత్సహించి,
ప్రపంచానికి అందించాల్సిన
బాధ్యత భారత్‌దే.

-సుష్మాస్వరాజ్, కేంద్రమంత్రి

భార్య సుమిత్ర గురించి చింతాక్రాంతుడైవున్నాడు నిషాంత్. ఏమైంది? ఎక్కడికెళ్ళింది? అతడి ఆందోళన ముఖంలో ప్రతిఫలిస్తోంది. అంతలో హైహీల్ షూస్ టకటకా శబ్దం చేస్తూవుండగా పి.ఎ. నైనా అతడి దగ్గరకు వచ్చింది. అయినా గమనించనట్టే విగ్రహంలా కూర్చునున్నాడు నిషాంత్.

"సార్! టైమ్ నాలుగు దాటింది. అక్కడ కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో మన బిజినెస్ ఎగ్జిక్యూటివ్స్ అంతా మీ కోసం వెయిట్ చేస్తున్నారు. ప్లీజ్‌కమ్"గుర్తుచేసింది 'నైనా'

అప్పుడు తల ఊపి లేచాడు నిషాంత్. "నైనా! ఈ కాన్ఫరెన్స్ క్యాన్సిల్‌చెయ్"అన్నాడు స్థిరంగా చూస్తూ.

నైనా తెల్లబోయి చూసింది. "సార్! ఇది చాలా ఇంపార్టెంట్ మీటింగ్" అన్నది.

"నాకు తెలుసు. ఐనాసరే క్యాన్సిల్ చెయ్. మరో డేట్ ఫిక్స్ చేసి కాల్ చేస్తామని చెప్పు. నా మనసేం బాగాలేదు. నా భార్య ఏమైందో తెలీక ఆందోళనతో వున్నాను. ఈ టైమ్‌లో నేను అటెండ్ కాలేను. డూ వాటెవర్. క్యాన్సిల్ ది మీటింగ్. ఇట్స్ మై ఆర్డర్"

బాస్ ఆర్డర్‌కి తిరుగులేదు. "ఓకే సార్? ఐ విల్ డూ ఇట్" అంటూ వెనుతిరిగింది నైనా.

సరిగ్గా అప్పుడే నిషాంత్ సెల్‌ఫోన్ రింగైంది.

"నైనా! ప్లీజ్ వెయిట్ ఎ మినిట్" అంటూ సెల్ అందుకున్నాడు నిషాంత్.

పి.ఎ. నైనా ఆగి తిరిగి చూసింది. నిషాంత్ సెల్ లిఫ్ట్ చేశాడు. ఎత్తింది అవతలి నుంచి- ఓటు డబ్బాలో గులకరాళ్ళు వేసి ఆడించినట్టు ఓ మగ గొంతు గరగరలాడింది. "ఏయ్! ఎవడ్రా నువ్వు?" విసుగుతో కసురుకున్నాడు నిషాంత్.

"హలో... నేను కిడ్నాపర్‌ని. నీ అందాల భార్య సుమిత్ర ఇప్పుడు నా చేతిలో బందీగా వుంది..." అంటూ అవతలి వ్యక్తి చెప్పాడు.

నోటికి ఏదో అడ్డంపెట్టుకుని మాట్లాడుతున్నట్టు గొంతు అదోలా విచిత్రంగా వుంది. నిషాంత్ అసహనంతో మండిపడ్డాడు. "ఒరే... నిన్ను చంపేస్తాను" అంటూ అరిచాడు కశ్యప్‌ని.

"నేను చెప్పినట్టు చేయకపోతే నేనే నీ భార్యను చంపి నీకు పార్శిల్ పంపిస్తాను" అన్నాడు కశ్యప్.

"వద్దు. అ పని చేయకు. షీ ఈజ్ మై సోల్. మై లైఫ్. నా భార్యంటే నాకు ప్రాణం. వదిలిపెట్టు"

"చంపటమా వదలటమా అనేది నీ నిర్ణయం మీద ఆధారపడుంది"

"అసలు నువ్వు కిడ్నాపర్‌వని నాకేమిట్రా నమ్మకం. తను ఎలా చిక్కింది నీకు?" అన్నాడు నిషాంత్.

"హలో నిషాంత్! ఎలా ఏమిటి అనేది పక్కనపెట్టు. నీ సెల్‌కి నీ భార్య సెల్‌నుంచే నీ భార్య కిడ్నాప్ ఫోటోలు పంపించాను. నువ్వు ఇంకా చూడలేదనుకుంటాను... అవిచూస్తే నీకర్థమవుతుంది అన్నాడు కశ్యప్.

నా డిమాండ్స్ ఏమిటో ఓ అర్ధగంట ఆగి ఫోన్‌చేస్తా. వెయిట్ అండ్ సీ. ఈ విషయం పోలీసులకుచెప్తే నీ భార్య శవాన్ని చూస్తావ్. జాగ్రత్త"అన్నాడు కశ్యప్.

"హలో... హలో..." నిషాంత్ అరుస్తూనే వున్నాడు. అవతల లైన్ కట్టయింది.

"ఓ షిట్..." అంటూ కంగారుగా వాట్సప్‌లోకి వెళ్ళి ఒక్కో ఫోటో చూస్తుంటే చేతులు వణికాయి. నుదుట అంత చలిలోనూ స్వేదములుముకుంది.

'నైనా' అంతా గమనిస్తూనేవుంది. "సార్! మేడమ్ గారు..." అంటూ సగంలో మాటలు మింగేసింది.

"ఘోరం జరిగిపోయింది 'నైనా'. సందేహిస్తూనే వున్నాను. అదే నిజమయింది. ఎవడో రోగ్ నా వైఫ్‌ని కిడ్నాప్ చేశాడు. నోటికి టేప్ వేసి కుర్చీకి బంధించి టార్చర్‌చేశాడు. పాపం ఏడుస్తోంది" అంటూ వెంటనే తిరిగి మిగిలిన ఫోటోల్ని చకచకా చూడసాగాడు.

"నా భార్యని కిడ్నాప్ చేసి బంధించిన ఫోటోలు నా భార్య సెల్‌నుంచే నా సెల్‌కి పంపించాడు ఆ రాస్కెల్...!"

"వాడి డిమాండ్స్ ఏమిటి సార్. ఏమంటాడు?" షాక్‌నుంచి గొంతు పెకల్చి అడిగింది నైనా.

"తెలీదు. అర్ధగంట తరువాత తిరిగి ఫోన్‌చేసి చెపుతానన్నాడు. పాపం పిచ్చిది నా వైఫ్. వాడి చేతిలో ఎన్ని హింసలు పడుతోందో ఏమిటో. చాలా బాధగా వుంది నైనా" అంటూ ఫోన్‌ని జేబులో వేసుకున్నాడు. గొంతులో బాధ తెలుస్తోంది.

"ఇప్పుడేం చేద్దామని?"

"అదే అర్థంగావటంలేదు. మళ్ళీ ఫోన్ వస్తేగాని కిడ్నాపర్ డిమాండ్స్ ఏమిటో తెలియదు. వాడెవడోగాని చాలా తెలివిగా ప్లాన్ చేసి నా వైఫ్‌ను కిడ్నాప్ చేశాడు" అన్నాడు నిషాంత్.

"సార్! ఏమీ అనుకోనంటే చిన్న సలహా!"

"ఏంటది?"

"చెన్నై సిటీ పోలీస్ కమీషనర్ మీ ఫ్రెండేగదా... ఫోన్‌చేసి చెపితే..." అన్నది నైనా.

"పోలీస్ రిపోర్ట్ ఇవ్వచ్చు. కాని నా పరువు పేపర్లకు ఎక్కుతుంది. అదీగాక..."

"నా ఉద్దేశం రిపోర్ట్ ఇవ్వమని కాదు సార్. కమీషనర్‌గారు బయటకు తెలియకుండా ఏదో ఏర్పాటు చేసి మేడమ్‌గార్ని విడిపిస్తారని..."

ఒక్కక్షణం ఆలోచించి తలపంకించాడు నిషాంత్. "సమయానికి గుర్తుచేసావ్ నైనా. థ్యాంక్యూ. ఇప్పుడే ఫోన్ చేసి కమీషనర్‌తో మాట్లాడతాను.

నువ్వు వెళ్ళి మీటింగ్ క్యాన్సిల్ చేసి వాళ్ళని పంపించి రా... ఈ విషయం బయట లీక్ కాకూడదు. డూ యిట్ ఫస్ట్. గో... గో..." అంటూ తొందరచేశాడు నిషాంత్ నైనాని.

నైనా హడావుడిగా అక్కడనుంచి వెళ్ళిపోయింది. నిషాంత్ సెల్‌ఫోన్ అందుకుని- చెన్నై సిటీ పోలీస్ కమీషనర్‌కు ఫోన్ చేశాడు.

ఇంకా ఉంది

నేనెవరో తెలుసా!

గుర్తింపు కోరుకోనివారెవరూ వుండరు. చేసే పని చిన్నదైనా పెద్ద గుర్తింపు రావాలను కోవటం చాలామందిలో కనిపించే విషయం. అలా గుర్తింపు, కీర్తి, బిరుదులువంటివి కోరుకోకుండా వుండటం చాలా చాలా కష్టం.

అందునా రచయితలవంటివారికి గుర్తింపు కోరిక మరీ ఎక్కువ. ఒక చిన్నకథ పత్రికలో పడితేనే అందరూ తనవైపు చూసి పలకరించాలనుకునే రచయితలు వున్న కాలంలో పలురకాల రచనలు చేసి ఎవరైనా పిలిచి సన్మానం చేస్తామన్నా వద్దేవద్దని కూర్చున్న రచయిత ఎవరైనా వుంటారా!

అందునా రాష్ట్రస్థాయి, జాతీయస్థాయి అవార్డులు వెతుక్కుంటూ వచ్చినా నాకు వద్దేవద్దు....నేను నమ్ముకున్న సిద్ధాంతాలకు ఈ బిరుదులు, అవార్డులు వ్యతిరేకం అంటూ తిరస్కరించటానికి ఎంత నిబద్ధత వుండాలి! అటువంటి అరుదైన వ్యక్తిత్వం కలిగిన రచయిత మన మధ్యలోనే చాలాకాలం జీవించారు. ఆయన పేరు చాలామందికి తెలుసు.

ఆయన రచనలు చదవని తెలుగు పాఠకులు వుండరేమో. ఒకనాడు రచయిత్రులు తెలుగు పత్రికా రంగాన్ని శాసించారు. ప్రతి పత్రిక ఊహల్లో విహరింపచేసే, పడవ కార్లలో ప్రయాణంచేసే నవలలకోసం ఎదురుచూసింది.

ఆ రొమాంటిక్ రచనలే తమ సర్క్యులేషన్‌ని పెంచుతాయని అనుకున్నారు. కాని దాదాపుగా అదే సమయంలో తన స్టైల్‌లో, సమాజంలో అట్టడుగు వర్గాలవారి జీవనవిధానాలను కథ, నవలా అంశాలుగా తీసుకుని రచనలుచేసి మెప్పు పొందారు.

బహుశా ఎవ్వరికీ తట్టని అంశాలు ఆయనకు తట్టటం, మరెవరూ వాడటానికి సాహసం చేయని ఒక ప్రాంత మాండలికంలోనే రచనలు చెయ్యటం ఆయన గొప్పతనం. ఆ మాండలికం, రచనలు రెండూ ఆయనకో ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చాయి.

ఆ తర్వాతి కాలంలో ఆయన ఒరవడిలో రచనలు చేయటం ఒక ఫ్యాషన్ అయింది. క్రమంగా పత్రికలే కాదు, సినిమాలలో కూడా ఆ ప్రాంత మాండలికం రాశారు తర్వాతి క్రమం రచయితలు.

మరి అంతటి గొప్ప రచయితను సినీరంగం వదిలిపెడుతుందా! తప్పకుండా రమ్మనమంది.

సినీరంగంద్వారా తన భావజాలం మరింత వేగంగా, మరెంతోమందికి అందివ్వవచ్చు కదా అనే ఆశతో మద్రాస్ రైలెక్కాడు.

అయితే ఆ తర్వాత ఆయన సినిమారంగం మీద చేసిన వ్యాఖ్యలు గొప్ప సంచలనం. "సినిమావాళ్ళు చాలా గొప్ప వాళ్ళు....మనసిగరెట్లు మనల్ని కొనుక్కోనివ్వరు... మన మందు మనల్ని కొనుక్కోనివ్వరు... చివరికి మన కథను మనల్ని రాయనివ్వరు..." అని ఆయన చెప్పిన మాట సినీరంగంవారిని కొరడాతో కొట్టినట్టయ్యింది.

సినీరంగంలో కథల వంటకాలుఎలావుంటాయో తేటతెల్లంచెయ్యటమే కాక, ముందు ముందు సినీ రంగంలో కథకులుగా వెళ్ళాలనుకునేవారికి ఒక ముందస్తు హెచ్చరికవంటిది. ఆయన జీవితమంతా సముద్రతీరంలోని పట్నంతోనే ముడిపడుంది.

తాను పెరిగిన, జీవించిన స్థలం ఒక చిన్నపట్నం స్థాయినుండి మహానగరం స్థాయికి ఎన్ని దశలలో ఎలా ఎదిగిందో ఆయన గమనించారు.

అయితే అందరిలా ఆయన అభివృద్ధి అంటే పెరిగే బిల్డింగ్‌ల ఎత్తులను, తదితరాలను చూడలేదు. తరిగిపోతున్న కొండలను చూడలేదు. కాని బిల్డింగ్‌లను కట్టటానికి కష్టపడుతున్న, కొండలు పిండి చేస్తున్న కార్మికులను చూశాడు.

వారు కారుస్తున్న చెమటను, కాలే వారి కడుపులను, గుల్లవుతున్న వారి ఆరోగ్యాలను, మొత్తంమీద పతనమవుతున్న వారి జీవితాలను చూశాడు.

అందుకే వారి జీవితాలే ఆయన రచనా వస్తువులయ్యాయి. సముద్రంలో వేటకు వెళ్ళే పడవలు, ఆ పడవలమీద ఆశలవలతో తేలియాడిపోయే బెస్తవారు, వారి కలలు సఫలంకాక,ఖాళీ వలలతో వెనక్కి వచ్చే సమయంలో వారి మనోవేదన, కాయకష్టం మరవటానికి వారు అలవాటుచేసుకునే తాగుడు,దాని ద్వారా జాలరిపేటలో చీకటిపడేసరికి వుండే గడబిడలు వగైరాలన్నీ ఆయన కథలో ఇమిడ్చి ఒకఅందమైన కాయకష్టపు రచన మనకు అందించేవారు.

బహుశా ఆయన పుట్టిన సాంప్రదాయ కుటుంబ వాతావరణం, డిగ్రీలో చదువుకున్న తత్వశాస్త్రం లోకాన్ని బాగా చదివేలా చేసిందేమో!

ఆయన గ్రాడ్యుయేట్ అయ్యేసరికి రెండవప్రపంచ యుద్ధమేఘాలు అటూఇటూగా కమ్ముకున్నట్టుగా వుంది. ఆ రోజుల్లో గ్రాడ్యుయేట్ ఐతేపిలిచి ఉద్యోగం ఇచ్చే పరిస్థితి. వలస, దోపిడీ పాలకులైన బ్రిటీష్‌వారి దగ్గర నాలుగేళ్ళు పనిచేస్తేగాని ఆయనకు తత్వం అంటే ఏమిటో అర్థంకాలేదు. ఆ తర్వాత చెన్నపట్నం వెళ్ళి లా డిగ్రీతో వెనక్కి వచ్చి కోర్టుకు వెళ్ళటం జరిగిన తర్వాతే ఆయనకు బాగా అర్థమైంది సమాజంలో దోపిడీ మరీ ఎక్కువగా ఎక్కడ ఉందో!

అక్కడినుండి లాయర్లు, పోలీసులు, జడ్జీలు వారి బాగోతాలు కథల్లోకి ఎక్కించారు. అది కొన్ని సందర్భాలలో ఇబ్బందులు తెచ్చిపెట్టాయి.న్యాయం అడిగినందుకు అత్యవసర పరిస్థితి సమయంలో జైలుకు వెళ్ళక తప్పలేదు ఆ రచయితకు.

విద్యార్థిదశలోనే రచనలు ప్రారంభించారు. కాలేజీ మేగజైన్‌తోపాటు పలు వార, పక్ష పత్రికల్లో రచనలు కూడా వచ్చాయి.

ఐతే తర్వాతి కాలంలో ఆయన బాగా ప్రసిద్ధుడయిన పేరుతో కాక పలు ఇతర కలం పేర్లతో రచనలు చేశారు.

ఒకసారి తన మాండలికంలో కథలు మొదలుపెట్టిన తర్వాత ఇక ఆయన పేరు దాచాలన్నా దాగనంత ప్రముఖమయింది ఆయన శైలి.

ఆ మాండలికంలో మరెవరు రాసినా అది ఆయన రాసిందేమో అనుకునేంతగా ఆ మాండలికం ఆయనతోపాటు మమేకమైంది.

నాటి ప్రముఖ మాసపత్రిక 'భారతి'లో తమ పేరు చూసుకోవాలన్నది సాహితీకారులందరి కోరిక. అటువంటి భారతిని తన తొలి నవలకు వేదికగా చేసుకున్న ఘనత ఆయనది.

అప్పట్లో ఆ నవల ఒక ప్రభంజనం. ఆనాటి సాహితీదిగ్గజాలచేత కూడా శభాష్ అనిపించుకుంది. సాహిత్య ప్రయోజనం సామాజిక అంశాలను సృజించినప్పుడే అని భావించిన ఆయన ఆ తర్వాతి కాలంలో 'ఎర్రరంగు సిరాతో' రాసే రచయిత అనిపించుకునేలా చేసేది.

రచయితలచేత విప్లవ సంఘం పెట్టించింది. ఆయన నాటికలు రాశారు. ఆయన రాసిన ఒక నాటిక వందసార్లకుపైగా ప్రదర్శింపబడింది.

నాటకాలలో నటించారుకూడా. ఏ పనిచేస్తున్నా, ఏ ప్రక్రియలో పాలుపంచుకుంటున్నా పేదల పక్షపాతిగా నిలిచారు ఆయన. ఇంతకీ...

1. ఆ రచయిత పేరేమిటి?

2. ఆయన తొలి నవల పేరేమిటి?

ఈ క్రింది ప్రశ్నలకు సమాధానాలు ఇన్‌లాండ్ కవర్‌పై రాసి స్వాతి చిరునామాకు 15 సెప్టెంబర్ 2018 తేదీలోగా పంపించండి. కరెక్టు సమాధానాలు రాసినవారిలో లాటరీ పద్ధతి ద్వారా ఒకరిని విజేతగా ఎంపిక చేసి ₹ 500/- నగదు బహుమతిని అందజేస్తాం.

31.8.2018 సంచికలో ప్రచురించబడిన 'నేనెవరో తెలుసా!' శీర్షిక సమాధానాలు : 1. మల్లాడి సత్యలింగ నాయకర్, 2. చొల్లంగి (తూ.గో. జిల్లా). ₹ 500/- బహుమతి పొందిన విజేత : గుంటుకు జగన్నాథరావు, ఇ.నెం. 1-9-485/97/1, లలితానగర్, అడిక్‌మెట్, హైదరాబాద్ 500 044.

చిరంజీవి

₹9,999 బహుమతి కథ

ఆసలయిన ఇండియన్‌కి మరణం లేదు. అతను చిరంజీవి.ఎందుకంటే... అతను మరణించాక కూడా పోరాడుతూనే ఉంటాడు.

తలెత్తి బోర్డుమీదరాసివున్న ఆమాటలుచూశాను. బోర్డర్ సెక్యూరిటీ ఫోర్సులో ఉద్యోగం నాది.

నిన్ననే బదిలీ మీద సిక్కిం రాష్ట్రంలో చైనా సరిహద్దుకు సమీపంలో ఉన్న 'నాథూలా పాస్' కమాండ్ ఏరియాకు వచ్చాను. హెడ్‌క్వార్టర్స్ బిల్డింగ్‌లోకి వెళ్ళబోతుంటే కనిపించింది ఆ వాక్యం. ఆ మాటకి అసలు అర్థం ఏమిటో నాకు తెలియలేదు. మరణించాక ఎవరయినా ఎలా పోరాడుతాడు?

పుట్టగంటి గోపీకృష్ణ

సెల్ : 94910 91620

నా ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పకుండా, "జాయినింగ్ రిపోర్ట్ ఇవ్వటం ఆలస్యమైనా పరవాలేదు.

ముందు బాబా హరభజన్ మందిర్ వెళ్ళి బాబాని దర్శించుకు రండి..." అని ఆఫీసులో కొలీగ్స్ ఏక గ్రీవంగా పోరుపెట్టారు. ఒకరకంగా చెప్పాలంటే బలవంతంగా పంపారు. నాకు తోడుగా మా ఆఫీసు లోనే పనిచేస్తున్న డోర్జీని పంపారు.

అతను ఈ ప్రాంతానికి చెందినవాడే. బాబామందిర్ మా ఆఫీసు నుండి ఎంతో దూరం లేదు. ఇద్దరం ఆఫీసు బైకుమీద అక్కడకువచ్చాం. కనుచూపు ఆనినంత మేర తెల్లటి మంచు కప్పేసి ఉంది.

ఇంకో రెండునెలలు ఆగితేమంచు కరిగిపోతుంది. అప్పటివరకు రోడ్డు మీద పడిన మంచును యంత్రాలతో క్లియర్ చేస్తూ ఉండాలి. మంచు మధ్య నల్లటి తారు రోడ్డు బోర్డర్ రోడ్స్ ఆర్గనైజేషన్ ఇంజినీర్ల ప్రతిభకి నిదర్శనంలా మెరుస్తోంది.

దేవుడిమీద నమ్మకం ఉండటంవేరు. దాన్ని గుడికి వెళ్ళి ప్రదర్శించుకోవటం వేరు అని నేను నమ్ముతాను. కానీ ఆ మాట బయటకు చెప్తే అందరూ నన్ను వింతగా చూస్తారు. అందుకే ఆఫీసులో అందరి మాటనీ మన్నించి ఇక్కడకు వచ్చాను.

"లోపలకు వెళ్దామా?" అన్నాడు డోర్జీ.

అతన్ని అనుసరించాను నేను. లోపల కనిపించిన దృశ్యం అంతకు ముందు ఎప్పుడూ విననిది, ఎక్కడా చూడనిది.

"ఏమిటిది? మిలటరీ సైనికులు యూనిఫామ్ వేసుకుని పూజలు చేయటమేమిటి? ప్రసాదాలు పంచటమేమిటి?" ఆ గుడిలో జరుగుతున్న చర్యల్ని వివిత్రంగా చూస్తూ నాకు తోడుగా వచ్చిన డోర్జీని అడిగాను. "గుడి లోపల ఉన్న దేవుడు కూడా మిలటరీ సైనికుడే కాబట్టి..."చెప్పాడు డోర్జీ స్వరంలో ఏ ఎమోషన్ లేకుండా.

గర్భగుడిలోకి చూసి దండాలు పెట్టుకుంటున్న టూరిస్టులను తప్పించుకుని నేను కూడా కొద్దిగా లోపలకు నడిచాను. నిజమే! గుడిలోపల ఉంది ఏ దేవుడి విగ్రహమో కాదు. ఒక జవాను విగ్రహం.

వెనుకగోడమీద ముక్కుపచ్చలారని ఒక సిక్కు యువకుడు పగడీలో ఉన్న ఫోటోఉంది. ఆ ఫోటోకి అటూ ఇటూ అతను ధరించిన యూనిఫామ్, అతని మెడల్స్. 18 రాజపుట్ రెజిమెంట్‌కు చెందిన గుర్తులు ఉన్నాయి. వాటితోపాటు అతని వస్తువులు కూడా అక్కడ కొన్ని ఉన్నాయి.

వెనక్కి తిరిగి డోర్జీని నా సందేహం అడుగుదామనుకునేటంతలో అతను ఠక్కున అటెన్షన్ లోకి వచ్చి గుడిలో ఫోటోకి సెల్యూట్‌చేసి పక్కకు నడిచాడు. నాకు అందరిలా నమస్కారం చేయాలో, డోర్జీలా సెల్యూట్‌చేయాలో అర్థంకాక రెంటికీ మధ్యస్థంగా ఏదో చేసి అతన్ని అనుసరించాను

ఎండుద్రాక్ష, బాదం, జీడిపప్పులను గుప్పిట నిండుగా పెట్టాడు ఒక మిలటరీ జవాను.

"అది ప్రసాదం. కళ్ళకద్దుకోండి..." అంటూ గుడి బయటకు నడిచిన డోర్జీని అనుసరించాను నేను.

నా కుతూహలం అంతకంతకూ ఎక్కువైంది. "ఇప్పుడు చెప్పు డోర్జీ... ఎవరీ బాబా? ఏమిటి దీని వెనుక ఉన్న కథ?" అని అడిగాను.

"బాబా ఒక సిక్కు యువకుడు. పంజాబ్‌లో 1946 ఆగస్టు 30న పుట్టారు. చిన్న వయసులోనే మిలటరీకి చెందిన 18 రాజ్‌పుతానా యూనిట్లో చేరారు. 22వ ఏట 1968 అక్టోబర్ 4న మరణించారు..."

"చాలామంది అమరులవుతారు. కానీ ఎవరూ బాబా అవరుగా?" అన్నాను.

"అవును. అందరూ బాబా అవరు... ఇక్కడ యుద్ధంలో పోరాడుతున్న ఆయన శరీరం నదిలో కొట్టుకుపోయి మూడురోజులు ఎవరికీ కనబడలేదు. తరువాత ఆయనే ఆత్మరూపంలో వచ్చి తన శరీరం ఎక్కడ ఉందో చూపించారు.

ఎక్కడో పంజాబ్‌లో పుట్టిన ఆయన సమాధిని ఆయన కోరికమేర ఇక్కడే కట్టారు. ఇండియా, చైనా సరిహద్దుల్లో ఇది ఒక సున్నితమైన ప్రాంతం.

యుద్ధం చేయటానికి భౌగోళికంగా ఈ ప్రాంతం మన దేశానికి అనువుగా ఉంటుంది. అందుకే ఎప్పటి నుండో చైనా ఈ ప్రాంతం మీద ఆధిపత్యం కోసం ప్రయత్నిస్తోంది. కానీ బాబాలాంటి ఇండియన్స్ ఆ పని కుదరనివ్వటంలేదు. ఇక్కడ ఏ సైనికుడికి ఏ ఆపద వచ్చినా ఆయన కాపాడతారు. రాబోయే ప్రమాదాలను ముందుగానే చెప్పి హెచ్చరిస్తారు.."

"ఆ లైడీ మనకి మూడు కోట్లమంది దేవుళ్ళు ఉన్నారు. ఇంకా ఈ కొత్త దేవుళ్ళు కూడా అవసరమా డోర్జీ?" లేస్తూ అన్నాను.

"బాబా దేవుడు కాదు. ఇండియన్.

ఓటమి అంగీకరించని ఇండియన్. చనిపోయి కూడా పోరాడుతున్న ఇండియన్. అందుకే అతనికి మిలటరీ గుడి కట్టింది" చెప్పాడు డోర్జీ.



అప్పుడు నాకు ఆఫీసు బయట రాసి ఉన్నబోర్డు మీద మాటలు గుర్తుకువచ్చాయి. ఓహో! ఇతనికి సంబంధించిన విషయాన్నే అలా రాశారన్నమాట... అనుకున్నాను. నేను ఇక ఆ విషయాన్ని పొడిగించలేదు. మరో రెండు రోజులు గడిచాయి.

ఆఫీసు బయట నిలబడి తీరిగ్గా సిగరెట్ తాగుతున్నాను. చుట్టూ మంచుతో కప్పబడిన పర్వతాలు, మధ్య మధ్యలో మంచును చీల్చుకుని తిన్నగా ఎదిగి తలెగరేస్తున్న పైన్ వృక్షాలు... ఎంత చూసినా తనివి తీరని అందం.

కొద్దిగా తలెత్తి చూస్తే దూరంగా నేపాల్ సరి

హద్దుల్లో ఉన్న కాంచనగంగ పర్వతం మెరుస్తూ కని పిస్తోంది. క్యాంప్‌కి ఎదురుగా ఛాంగ్‌లేక్ ఉంది.

దానిలోని నీళ్ళు చలికాలం గడ్డ కట్టుకుపోతాయి. నీళ్ళు గడ్డకట్టేటప్పుడు ఉపరితలం నుండి గడ్డకడ తాయి. దానంతటఅదే కరిగేటప్పుడు అడుగు నుండి కరుగుతాయి. ఇంకా కరగని ఉపరితలంతో కిలో మీటర్ల పరిధిలో విస్తరించిన ఛాంగ్ లేక్ తెల్లనిదుప్పటి కప్పుకున్న కింగ్ సైజ్ బెడ్‌లా ఉంది.

అనేక వాహనాల్లో టూరిస్టులు వచ్చి అక్కడ ఆగు తున్నారు. ఆ అద్భుతదృశ్యాన్ని చూసి పరవశించి



పోతున్నారు. అక్కడ నిలబెట్టిన జడలబర్రెల మీదకు ఎక్కి ఫోటోలు దిగుతున్నారు.

ఈ టూరిస్టులందరూ గ్యాంగ్‌టక్‌లో ఈ అందాలు చూడటానికి ప్రభుత్వ పర్మిట్లు తీసుకుని ఇక్కడకు వస్తారు. చైనా సరిహద్దుల్లో ఉన్న ఈ సెన్సిటివ్ ఏరియాకి భారత ప్రభుత్వం పర్మిట్ లేకుండా ఎవరినీ రానివ్వదు. ఆ పర్మిట్లోనే టూరిస్టులందరూ మధ్యాహ్నం రెండు గంటల్లోపు ఆ ప్రదేశాన్ని ఖాళీచేసి వెళ్ళాలని క్లియర్‌గా రాసి ఉంటుంది.

ఎందుకంటే మధ్యాహ్నం రెండు కాగానే అక్కడి వాతావరణం ఎవరో మంత్రం వేసినట్లు ఒక్కసారిగా మారిపోతుంది.కానీటూరిస్టులు ఆ మాటలు పట్టించుకోరు. అధికారులు కూడా అరగంట, గంటా ఆలస్యాన్ని పెద్దగా పట్టించుకోరు.

నేను చూస్తుండగానే అప్పటిదాకా ఎక్కడున్నాయో తెలియని మబ్బులు హఠాత్తుగా కమ్ముకొచ్చాయి. డబడబమని శబ్దంచేస్తూ గులకరాళ్ళలాంటి వడగళ్ళు ఆకాశంనుండి పడటం మొదలయ్యాయి.

ఇంతలో...

"సార్! కమాండర్ మిమ్మల్ని పిలుస్తున్నారు..." అన్న పిలుపుతో ఈ లోకంలోకి వచ్చాను నేను. ఈ సమయంలో పిలిచారంటే ఏదో అత్యవసరమైన పనే ఉంటుందని అనుకుంటూ...చేతిలోని సిగరెట్ విసిరేసి కమాండర్ ఆఫీసువైపు నడిచాను.

గదిలోకెళ్తూనే స్టిఫ్‌గా సెల్యూట్ చేసి అటెన్షన్‌లో నిలబడ్డాను."రిలాక్స్ శ్రీనివాస్..." అంటూ ఒక షాల్ తీసి నా ముందుకు విసిరారు ఆయన.

ఆ షాల్ చేతిలోకి తీసుకున్నాను. అత్యంత మృదువుగా, మెత్తగా, సుకుమారంగా ఉంది అది. అది దేనితో చేశారోకానీ.. అలాంటి వస్త్రాన్ని ఎప్పుడూ స్పృశించి ఉండలేదు నేను.

"అదేంటో తెలుసా...?" గంభీరంగా అడిగారాయన.అందులో తెలియటానికి ఏమి ఉందో నాకు అర్థంకాలేదు.అయినా ఆ మాట అనలేను కాబట్టి, "సారీ సర్..." అన్నాను అర్థంకాలేదని సూచిస్తూ.

"పోనీ 'షహతుష్' అనేమాట ఎప్పుడైనా విన్నావా?" తల అడ్డంగా ఊపాను.

"చిరు అనే ఒక జాతి జడబర్రెలు ఈ ప్రాంతంలో ఉంటాయి. పులులు, సింహాల్లా ఇవికూడా అంతరించిపోతున్న జాతుల్లో ఒకటి. ఇవి చలి ఎక్కువగా ఉండే పర్వతప్రాంతాల్లో, 5000 మీటర్ల ఎత్తుల్లో మాత్రమే జీవిస్తాయి. వాటి వెంట్రుకలు 7 నుండి 10 మైక్రాన్ల మందం మాత్రమే ఉంటాయి.

వాటితోనేసే షాల్సును 'షహతుష్' అంటారు. ఈ షాల్ ఒక్కొక్కటినాలుగు నుండి అయిదు లక్షల ఖరీదు చేస్తుంది"

ఆయన మాటలకు మధ్యలో అంతరాయం కలిగించటం మర్యాద కాదని తెలిసినా ఆ పని చెయ్యకుండా ఉండలేకపోయాను. "అంత ధరపెట్టి ఆ షాల్స్ ఎవరు కొంటారు సార్?" అని అడిగాను.

"ఇక్కడ ఎవరూ కొనరు. ఆ మాటకొస్తే మన దేశంలో వీటిని అమ్మటం, కొనటం నేరం కూడా. అందుకే స్మగ్లర్లు వీటిని నాథులా పాస్ ద్వారా చైనాకి చేరవేస్తారు. అక్కడనుండి ఇవి అమెరికా, యూరప్‌లకు తరలివెళ్తాయి"

"మరి మీకు ఈ షాల్ ఎక్కడ దొరికింది సార్?"

"ఇది శాంపిల్ పీస్ మిస్టర్ శ్రీనివాస్. ఇక్కడి స్మగ్లర్లు చైనాలోని స్మగ్లర్లకు పంపిన శాంపిల్ షాల్స్‌లో ఇది ఒకటి.మన ఇన్ఫార్మర్లు చెప్పిన వివరాలప్రకారం రేపు రాత్రి అసలు సరకు బోర్డర్ దాటే అవకాశంఉంది. ఆ సరకు బోర్డర్ దాటకుండా చూడటమేకాదు, స్మగ్లర్లను అరెస్ట్ చేసే బాధ్యత నీకు అప్పచెప్తున్నాను" అన్నాడాయన అసలు విషయానికి వస్తూ.

"యస్సర్..."ఆయన చెప్పదలచుకున్నది పూర్తి అయిందని అర్థమై మరొకసారి సెల్యూట్ చేస్తూ అన్నాను నేను.

"సరుకు ఏమైనా పరవాలేదు. స్మగ్లర్లను వదలకు. వారి వలన ఆ జడలబర్రెలు అంతరించిపోతున్నాయి. ఒకప్పుడు లక్షల్లో వున్న వాటిసంఖ్య ఇప్పుడు వేలకు పరిమితమైంది..." అంటూ సమావేశం ముగించాడాయన. రెండు క్షణాలు మౌనంగా నిలబడి ఇక ఆయన చెప్పదలచుకున్నది ఏమీలేదని అర్థమై బయటకు నడిచాను. బయట వాతావరణం మరింత భయానకంగా ఉంది.

వాన మరింత ఉధృతంగా పడుతోంది. వడగళ్ళు ఆగకుండా పడుతూనే ఉన్నాయి.

నల్లటి రోడ్లు పడుతున్న వడగళ్ళు కప్పేయటంతో తెల్లగా మారిపోతోంది. మంచును తొలగించే యంత్రాలు రోడ్డుమీద వడగళ్ళను తొలగిస్తున్నాయి. లేకపోతే రోడ్డు ఎక్కడుందో కూడా తెలియదేమో!



భారత్‌లో మనిషికి చనిపోయినతర్వాతే గౌరవం లభిస్తుంది. బతికున్నంత కాలం జనాలు పట్టించుకోరు.

-ములాయం సింగ్ యాదవ్, ఎస్.పి. నేత



కళ్ళు, చట్టి ముక్కు, ముడతలు పడిన చర్మం... అతనికి నలభైఏళ్ళు ఉంటాయేమో, కానీ చూడటానికి ఇంకో పదేళ్ళు ఎక్కువ వున్నట్లు కనిపిస్తున్నాడు. మనిషి ఎలా ఉన్నా అతను ఇక్కడే పుట్టి పెరిగాడు. అతనికి ఇక్కడి కొండదారులన్నీ కొట్టినపిండి.

ఎంత చలినయినా తట్టుకునే బట్టలు, చీకట్లో చూడగలిగే నైట్‌విజన్ గాగుల్స్, బ్యాక్ ప్యాక్‌లో ఆహారపదార్థాలు, శత్రువులను ఎదుర్కోవటానికి ఆయుధాలు... అన్నీ అమర్చుకుని బయలుదేరాము.

అప్పటికల్లా వాన ఆగిపోయింది.

చేతికర్ర ఊతంతో ముందు డోర్జీ దారి చూపిస్తుంటే వెనుక నేను నడుస్తున్నాను. నా చేతిలో కూడా ఒక కర్ర ఉంది.

ఈ పర్వతప్రాంతాల్లో నడిచేటప్పుడు చేతిలో కర్ర ఉండటం అత్యంత అవసరం. ముందే ఏ టీమ్ ఎటు వెళ్ళాలో నిర్ణయించు కున్నాం. చైనాలోకి ప్రవేశించటానికి నాథులా

మూడు గాడిదలు వీపులమీద మూటలతో ఒకదాని వెనుక ఒకటి వస్తున్నాయి.

"సరుకు వస్తోంది" అన్నాను నేను.

అప్పటికి డోర్జీ కూడా వాటిని చూసినట్లున్నాడు. "కానీ, వాటితోపాటు మనుషులు ఎవరూ లేరు" అన్నాడు.

"వాటిని ఆపి సరుకు సీజ్ చేస్తే మనుషులు ఆటోమేటిగ్గా బయటకు వస్తారు" అన్నాను నేను.

డోర్జీ మాట్లాడలేదు. ఇలా మనుషులు లేకుండా గాడిదలు సరుకు తేవటం అతని అనుభవంలో ఎప్పుడూ జరగలేదు. జేబులో నుండి రివాల్వర్ తీసి, "కమాన్..." అంటూ లేచాను నేను.

డోర్జీ కూడా లేచి నన్ను అనుసరించబోయాడు. ఇంతలో పక్కనే సన్నటి అలికిడి వినిపించింది.

ఉలిక్కిపడి రివాల్వర్ అటు తిప్పాను.

మనిషి ఆకారం ఒకటి అక్కడ చీకట్లో నిలబడి ఉంది. చీకట్లో అతని మొహం కనపడటంలేదు.

"చేతులు పైకెత్తి ఎదురుగా వచ్చి నిలబడు..." అన్నాను రివాల్వర్ అతనికి గురిపెడుతూ.

బావున్నట్లే ఉంది

తొలి తెలుగుచిత్రం 'మేళ'తో బిజీగా వున్న 'కబాలి'పోరి సాయిధన్సిక మరో తెలుగు ప్రాజెక్టుకు సంతకాలు చేసిందన్నది వినికిడి. తమిళ చిత్రానికి కూడా షూటింగ్‌లో పాల్గొం టున్న సాయి ధన్సిక రాబోయే రాజశేఖర్ సినిమా 'కల్కి'లో ఓ ప్రధానపాత్ర పోషించనున్నది. 'సోలో'లో అంధురాలిగా మెప్పించిన క్రెడిట్ దక్కించుకున్నది. నెమ్మది నెమ్మదిగా ఒక్కో అడుగువేస్తూ, ముచ్చటగా మూడు భాషల్లోనూ జోరందుకుంటున్నట్లే ఉంది.

టూరిస్టులందరూ వెళ్ళిపోవటంతో మనుషుల సంచారం తగ్గిపోయింది. ఆ ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ, మరొక సిగరెట్ తాగాలని మనసు పీకుతున్నా... కమాండర్ ఆదేశాలను అత్యవసరంగా అమలు చేయాలి కాబట్టి నా ఆలోచన వైపు నడిచాను.

మా యూనిట్లో మొత్తం ఇరవైమందిమి ఉన్నాం. ఆ రాత్రి అందరం పదిగ్రూపులుగా విడిపోయి స్మగ్లర్ల వేటకు బయలుదేరాము. ఒక్కొక్క గ్రూపులో ఇద్దరు సభ్యులు ఉన్నారు. నాకు జతగా డోర్జీ వచ్చాడు.

ఈసారి అతన్ని మరింత పరీక్షగా చూశాను. చిన్ని

పాస్ ఒకటే మార్గం కానీ... అక్కడదాకా చేరటానికి కాలి నడక మార్గాలు అనేకం ఉన్నాయి.

ఆ స్మగ్లర్లు ఎటునుండి వస్తారో తెలియదు.

ఒక్కొక్క గ్రూపు ఒక్కొక్క మార్గాన్ని కాపుకాయాలనీ, స్మగ్లర్లు కనిపించగానే మిగిలిన గ్రూపులను అలర్ట్ చేయాలనీ, అందరం కలిసి ఎటాక్ చేయాలని అనుకున్నాం.

ఆ ప్లానులో భాగంగా నాథులా పాస్‌కి ఆగ్నేయంగా ఉన్న ఒక మార్గం నాకూ, డోర్జీకి అప్పచెప్పారు. రాత్రి తొమ్మిదిగంటలకు మేము కాపుకాయదలచుకున్న ప్రదేశానికి చేరుకున్నాం.

కాలిబాట బాగా కనపడేలా చూసుకుని మేము మాటులో కూర్చున్నాం.

"నిజంగా స్మగ్లర్లు ఆ షాల్స్ రవాణా చేస్తుంటారా?" అడిగాను డోర్జీని.

"ఒక్క షాల్సనేమిటి సార్...పులి, చిరుతల చర్మాలు, ఎముకలు, ఎలుగుబంట్ల గ్లాడ్ బ్లాడర్లు, ఎన్నో జంతువుల చర్మాలు స్మగుల్ అవుతుంటాయి. ఈసారి మన కమాండర్‌కి వార్త తెలియటంతో మనకి ఈ జాగరణ తప్పటంలేదు తప్ప, ఇది రోజూ ఉండే భాగోతమే..." చెప్పాడతను.

ఇంతలో దూరంగా ఏదో అలజడి.

నైట్ విజన్ గాగుల్స్ సర్దుకుని అలికిడి వినిపించినవైపు చూశాను.

"నేను మీ శత్రువును కాదు"

"మరి నువ్వెవరు? ఐడెంటిఫై చేసుకో" అన్నాను.

"నేను 18 రాజ్‌పూత్ రెజిమెంట్ సోల్జర్ని"

"ఈ చీకట్లో ఇక్కడ ఏం చేస్తున్నావ్?"

"మీరేం చేస్తున్నారో, నేనూ అదే చేస్తున్నాను"

"చేతులు పైకెత్తి ముందుకు రా..." అన్నాను అటెన్షన్ తగ్గించకుండా.

చేతులు పైకి ఎత్తలేదు కానీ కొద్దిగా ముందుకు వచ్చాడు. ఇంతలో ఆకాశంలో మెరుపు మెరిసింది. ఆ వెలుతురులో స్పష్టంగా అతను వేసుకున్న మిలటరీ యూనిఫామ్ కనిపించింది. అతనికి పాతికేళ్ళలోపు ఉంటాయి. సిక్కు యువకుడు. నూనూగు మీసాలు, గడ్డం ఉన్నాయి.

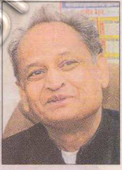
"ఎవర్నువ్వు? ఇక్కడేం చేస్తున్నావ్?" అడిగాను రివాల్వర్ దించకుండా.

"నేనెవరో నా యూనిఫామ్ చూస్తే తెలియటంలా?" అన్నాడతను.

నా ఆలోచనల్ని కట్టిపెట్టి, "ఈ సమయంలో ఇక్కడ ఎందుకు ఉన్నావ్? ఈ స్మగ్లింగ్ ఆపటం మీ పని కాదుగా?" అని అడిగాను.

"నేను వేరే పనిమీద ఇక్కడ ఉన్నాను. మిమ్మల్ని ఎలర్ట్ చేయటానికి నీ ముందుకు వచ్చాను" అన్నా డతను.

"మేము ఎలర్ట్‌గానే ఉన్నాం..."



మోడీ ప్రభుత్వం రహస్యంగా పనిచేస్తున్నది. అందుకే ఏది అడిగినా బహిర్గతం చెయ్యలేమంటున్నది.

-అశోక్ గెహ్లోట్, కాంగ్రెస్ నేత

"ఆ గాడిద మీకోసం పన్నిన ఉచ్చు. అసలు ప్రమాదం వేరే రూపంలో ఎదురవబోతోంది..." చెప్పాడా యువకుడు.

"ఏం ప్రమాదం?" అప్రయత్నంగా అడిగాను.

"అత్యంత ఎత్తులో ఉన్న కీలకమైన మన 221ఎ పోస్టుని వశం చేసుకోవటానికి చైనా తెల్లవారుజామున దాడి చేయబోతోంది.

అర్జంటుగా వెళ్ళి మీ కమాండర్‌ని అలెర్ట్‌చేయండి. ఆయన చెప్తే తప్ప రాజ్‌పూత్ రెజిమెంట్ కమాండర్ నమ్మడు. మిలటరీ వారితో కలిసి మీరుకూడా 221ఎ పోస్టు దగ్గరకు వెళ్ళండి.

అక్కడ ఉన్న మన సోదరులను రక్షించుకోవటానికి అందరూ కలిసి ప్రయత్నించండి" చెప్పాడతను.

"ఎవరికీ తెలియని చైనా దాడి విషయం నీకెలా తెలిసింది?" అతని మాటల్లోని లోపాన్ని ఎత్తి చూపుతూ అన్నాను నేను.

"సార్! అసలు ఇతనే స్మగ్లర్ల మనిషేమో?" అని డోర్జీ నా చెవిలో అన్నాడు.

"లేదూ చైనావాళ్ళ గూఢచారి అయిఉండొచ్చు"

నా మాట పూర్తికాకముందే, "షటప్" అన్నాడతను కోపంతో.

"నిజంగా నువ్వు దేశభక్తుడివయితే, నీ దేశాన్ని ప్రేమిస్తున్నట్లయితే నేను చెప్పిన విషయం మీ కమాండర్‌కి తెలియచెయ్యి"

"నా దేశభక్తిని నీకు ఋజువుచేసుకోవాల్సిన అవసరంలేదు" నేనూ కోపంగా అన్నాను.

"ప్రాణాలను తృణప్రాయంగా భావించే ఈ ఉద్యోగంలో చేరాను. దేశం కోసం అవసరమయితే ప్రాణాలు కూడా ఇస్తాను" అన్నాను.

అతనిలో కోపంపోయింది. నన్ను ఒక అమాయకుడ్ని చూసినట్లు చూసి,

"నిజమైన ఇండియన్ దేశంకోసం ప్రాణాలు ఇవ్వటమేకాదు,ప్రాణాలు పోయాకకూడా దేశంకోసం పోరాడతాడు"అన్నాడు.

అతని మాటలు నాకు ఎక్కడో విన్నట్లు ఉన్నా, ఆ హడావుడిలో వాటికి అంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వలేదు. "ప్రాణాలు పోయాక ఇక పోరాడేదేం ఉంది?..." అనుకుంటుండగా మెరుపు మెరిసింది.

మెరుపు వెలుతురులో అతని యూనిఫామ్ మీద ఉన్న సీరియల్ నెంబర్ మెరుస్తూ కనిపించింది. 2456687 అన్న ఆ నెంబర్ ఎందుకో బాగా తెలిసిన నెంబర్ అనిపించింది.

మెరుపు వెలుతురుకు కళ్ళు చెదరటంతో కాసేపు ఎదురుగా ఉన్న చీకటి మరింత గాఢమైంది. తిరిగి కళ్ళు చీకటికి ఎడ్జస్ట్ అయ్యేటప్పటికి అప్పటిదాకా మాట్లాడుతున్న వ్యక్తి లేడు. ఇంతలో మరో మెరుపు మెరిసింది. అయితే ఈ సారి అది నా మెదడులో మెరిసింది.

"డోర్జీ! బాబా మందిర్‌లో బాబా ఐడీ నెంబర్ ఎంత?" అన్నాను.

కలలో కూడా కంఠోపాఠమైన ఆ నెంబర్ ఠక్కున చెప్పాడు డోర్జీ.

అంతే! లేచి ఒక్కసారిగా కమాండ్ హెడ్ క్వార్టర్స్ వైపు పరుగందుకున్నాను.

డోర్జీ నన్ను అనుసరిస్తున్నాడు. మమ్మల్ని హెడ్‌క్వార్టర్స్ వైపు వెళ్ళనివ్వకూడదన్నట్లు అప్పటిదాకా కనపడని స్మగ్లర్లు రహస్య ప్రదేశాలనుండి బయటికి వచ్చి మామీద కాల్పులు మొదలుపెట్టారు.

నేను పరుగు ఆపలేదు. ఆశ్చర్యంగా ఏ రక్షణా లేకుండా మేము పరుగుతీస్తున్నా, దుండగులు కాలుస్తున్న ఒక్క బుల్లెట్ కూడా మాకు తగల్లేదు.

సరాసరి కమాండర్ దగ్గరకు వచ్చి నాకు తెలిసింది చెప్పాను. నాకు ఆ విషయం ఎలా తెలిసిందో చెప్పాక ఇక కమాండర్ ఆలోచించలేదు. వెంటనే 18 రాజ్‌పూత్ రెజిమెంట్ కమాండర్‌కి విషయం చెప్పాడు.

ఇద్దరు కమాండర్లు కలిసి ఆలోచించారు. బయట నుండి సహాయం వచ్చే సమయం లేదు. అందుకే మిలటరీతోపాటు బోర్డర్ సెక్యూరిటీ యూనిట్లో ఉన్న అందరూ ఇద్దరు కమాండర్ల నాయకత్వంలో 221ఎ పోస్ట్ దగ్గరకు చేరుకున్నాం.

సరిగ్గా తెల్లవారుజామున మేము అక్కడకు చేరుకునేటప్పటికి మరోవైపు నుండి చైనీయుల సైన్యం ముందుకు వస్తోంది.

ప్రమాదం గమనించిన 221ఎ పోస్టులోని సైనికులు తమ హెడ్ క్వార్టర్‌కి కబురు చేయాలనుకుని, కబురు అందకుండానే వచ్చిన సాయాన్నిచూసి ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. వారి కంటే చైనా సైన్యం మరింత ఆశ్చర్యపోయింది. నెలల తరబడి ప్లానింగ్ చేసి అత్యంత రహస్యంగా చేపట్టిన ఆపరేషన్ ఎలా ఫెయిలైందో వారికి అర్థంకాలేదు. అనువైన ప్రదేశంలో మోహరించి ఉన్న మమ్మల్ని జయించటం కుదిరేపని కాదు కాబట్టి, మరుసటి రోజు నెమ్మదిగా వారు వెనుతిరిగారు.

నాలుగు రోజుల తరువాత మరోసారి బాబా మందిర్‌కి వెళ్ళాను. ఎదురుగా కనిపిస్తున్న బాబా ఫోటోకి స్టిఫ్‌గా సెల్యూట్ చేశాను.

"బాబా అంటే గురికుదిరిందా?" అడిగాడు డోర్జీ.

"చనిపోయిన తర్వాత కూడా పోరాడటం అంటే ఏంటో అర్థమయింది..." చెప్పాను నేను.



మనస్పర్థలు లేవు

'మణికర్ణిక'లో ఝాన్సీలక్ష్మీబాయ్ జీవితాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని నటిస్తున్న కంగనా రనౌత్ చుట్టూ ఇటీవల కొన్ని కబుర్లు షికారు చేస్తున్నాయి. దర్శకుడు క్రిష్‌తో ఆమెకు మనస్పర్థలు వచ్చాయన్నది వాటి సారాంశం. దీనిపై కంగన సుదీర్ఘ వివరణ ఇచ్చింది.

"నాకు, క్రిష్‌కు మధ్య మనస్పర్థలు ఉన్నాయన్న మాటలో అస్సలు నిజం లేదు. మేము ప్రతిరోజూ మాట్లాడుకుంటున్నాం.

సినిమాను పూర్తిచేసి వచ్చే ఏడాది గణతంత్ర దినోత్సవానికి కాని, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి కాని విడుదల చేయాలనుకుంటున్నాం.

నా వ్యక్తిగత సమయాన్ని వెచ్చించి అయినా సినిమా పూర్తిచేస్తా" అని తెలిపింది.



అస్సాం ఎన్.ఆర్.సి. డ్రాఫ్ట్‌లో 40 లక్షలమంది పేర్లు లేకపోవటంతో నా గుండె పగిలింది.

-మమతా బెనర్జీ, సి.ఎమ్. బెంగాల్



మనసు మారాలి

లోపంలేనివారెవరూ ఉండరు. ప్రతిఒక్కరిలో ఏదో ఒకతరహా లోపం వుంటుంది. అహారానికి సంబంధించినదా! ప్రవర్తనకు సంబంధించినదా! అనేది వేరే సంగతి. లోపాలు తప్పనిసరి. అదే సమయంలో తనలోని లోపాలను సరిదిద్దుకోవాలనే కోరిక ప్రతిఒక్కరిలోనూ వుంటుంది.

ఆ దిద్దుబాటుతో జీవితంలో మార్పును తెచ్చుకోవాలనుకుంటారు. ఇది చాలాసహజమైన విషయం. అయితే కోరుకున్న మార్పును పొందటం, పొందిన మార్పును నిలబెట్టుకోవటంలోనే అసలైన ఇబ్బంది. మార్పు రావాలన్న కోరిక ఎలా కలిగిందనే దానిదగ్గరే కొన్ని సమస్య మొదలవుతుంది.

చాలామంది చేసే పొరపాటు ఇతరులను చూసి మారాలనుకోవటం. మరెవరో ఆహారపు అలవాట్లు మార్చుకుని వారిలో మార్పు తెచ్చుకున్నారు కాబట్టి నేనూ అదే బాటలో చేస్తాననుకుంటారు.

ఇంకొకరెవరో నడక మొదలుపెట్టి తమలో మార్పును సాధించారు కాబట్టి నేనూ అలాగే నడక మొదలుపెడతాను. వారెవరో తమ డ్రెస్‌ని, హెయిర్ స్టైల్‌ని మార్చుకున్నారని చూసి నేనూ అలాగే మేకప్ అవుతాను అని. ఇవన్నీ మన పెద్దలుచెప్పిన పులిని చూసి నక్కవాతలుపెట్టుకోవటంవంటిదవుతుంది.

మార్పు అంత సులభం కాదు. మనసు, శరీరం రెండూ అంత త్వరగా అంగీకరించవు. మార్పు కోరిక సులభం. మార్పునుతెచ్చి నిలబెట్టుకోవటం కష్టం.

ఆ కష్టమైన మార్పు ప్రక్రియ మొదలుపెట్టేముందు ఇది నేను నాకోసం నేను చేసుకుంటున్నదా!

మరెవరి మెప్పుకోసమో చేస్తున్నదా! అనేప్రశ్న వేసుకుని తీరాలి. ఎవరికోసం వారు కోరుకున్న మార్పు తప్పకుండా స్థిరపడుతుంది.

శ్రమతో, కాలంతోగాని రాదు మార్పు. సహనం, ఓర్పు ఉంటేనే మార్పును సాధించగలరు.

మార్పుకోసం చేస్తున్న ప్రతి అడుగునూ ఆస్వాదించగలగాలి. మధ్యలో వెనక్కివెళ్ళే ఆలోచనే చేయకూడదు. మధ్య మధ్యలో మరెవరితోనో పోల్చుకుని వెనకపడుతున్నామనుకుంటే ముందుకు వెళ్ళలేరు. సుస్థిరమార్పే లక్ష్యం అవ్వాలి.

ప్రయోజనం కలిగించాలి

అందరిదీ ఒకటే దారి అంటే కుదరదు. ఎవరి దారి వారిది అనేది కొన్ని సందర్భాల్లో అంగీకరించాల్సి వుంటుంది. ఒకరికి పనిచేసింది కదా అని అదే మందులు మనం వేసుకోకూడదు.

ఒకరి ఒంటిమీద ఒక రంగు దుస్తులు చాలా చక్కగా వున్నాయని, అందంగా అమిరాయని, అటువంటి రంగు, సైజుదుస్తులే వేసుకుంటాననంటే వికారంగా తయారవుతారు.

అనుకరణవల్ల లాభం వుండదు. మందలో పడి వెళతాననడం మంచిది కాదు.

నీకు అవసరమైనది ఏదో అది ఎంపికచేసుకోవటంలోనే సమస్య సగం పరిష్కారమవుతుంది. కోరుకున్న మార్పు దేనికి సంబంధించినది అయినా సరే అది ప్రయోజనం కలిగించేదిగా వుండాలి. ఆ ప్రయోజనం అనేది మార్పుకోసం ప్రారంభించిన దాన్ని కొనసాగించినప్పుడే సాధ్యమవుతుంది.

మార్పు అనేది మనసులోస్థిరపడాలి. ఎవరికోసమో చేయకూడదు. తమకోసం తాము చేసుకున్నదే నిలుస్తుంది. ఎవరో చేస్తున్నారనో, మరెవరో మారారనో మొదలుపెట్టినవి ఏవైనా మధ్యలోనే పోతాయి.

ప్రతిమనిషి జీవితంలో కొన్ని వ్యక్తిగత అంశాలుంటాయి. అవి కాదనలేనివి. వాటి ప్రభావం అంత సులభంగా తీసివేయలేరు.

ఆహారపు ఇష్టాలు, తినే సమయం, కుటుంబ ఆరోగ్యచరిత్ర, జీవనవిధానంవంటివాటిని పరిగణనలోకి తీసుకోకుండా ఎవరినో చూసి అలాగే చేద్దామనుకుని చేసేటువంటి పనులు మూన్నాళ్ళ ముచ్చటగా మిగిలిపోతాయి. కోరుకున్న ఫలితం రానేరాదు.

అటువంటి మార్పు ప్రయత్నం తాత్కాలికమవుతుంది. మార్పు అనే మాట మనసులో నిరంతరం మోగుతుండాలి. దాని ప్రతిధ్వని మార్పువైపు, అది కూడా సక్రమమైన మార్గంవైపు కేటాయించాలి. అప్పుడే అనుకున్న మార్పును అందుకుని జీవితాన్ని మలుపు తిప్పుకోగలుగుతారు.

మార్పును ఆస్వాదించాలి

నేడు సమాచారానికి కొదవలేదు. ఎక్కడపడితే అక్కడ కొత్త సమాచారం లభిస్తుంది. ఇంటర్నెట్ తెరిస్తే కుప్పలు తెప్పలుగా విషయాలు తెరమీద ప్రత్యక్షమవుతున్నాయి.

సరైన పదం కొడితే చాలు తగిన సమాచారం వస్తుంది. సమాచారం అందించే పుస్తకాలకు, స్నేహితులకు కొదవేలేదు. ఏది మంచో, ఏది చెడో చెప్పే వారు లేకకాదు మనుషులు చెడిపోయేది, అక్రమ మార్గాల్లో ప్రయాణం చేసేది. అందుబాటులో వున్న ఆ సమాచారాన్ని అందుకుని, అంగీకరించి, అనుసరించటంలోనే ఉంది అసలు తంటా.

మారాలనుకోవటం వేరు... ఆ మార్పుకు అవసరమైన అంశంమీద ఆసక్తి పెంచుకోవటం, మార్పును తెచ్చేమార్గంలో ప్రయాణం చేయటం, మార్పుకోసం చేస్తున్న పనులమీద ఉత్సాహం



Courtesy : UNISHKURI

అనుకరణ వద్దే వద్దు

ఇటీవలికాలంలో పాశ్చాత్య జీవనవిధాన అనుకరణ అధికమైంది. దానికి అనుగుణంగానే చాలా కుటుంబాలు సంవత్సరమంతా ఒత్తిడిని భరించి ఒకవారం పదిరోజులు ఎటైనా సెలవులకు వెళ్ళి వస్తే సరిపోతుందనుకుంటున్నారు. వారివారి తాహతులను బట్టి ఆ హాలిడేలుంటున్నాయి. కొందరు 'స్పా'లకు లేదా 'నేచర్ క్యూర్'కి పరిగెడతారు.

ఒక నెలరోజుల వరకు అక్కడ వుంటారు. ఆ సెంటర్‌లో వున్నంతకాలం ఐదింటికి లేవమంటే లేస్తారు. వారుపెట్టినవే తిని, పడుకోమన్న సమయానికి పడుకుంటారు. దానితోపాటుగా ఆ సెంటర్‌కి కట్టిన వేలాది రూపాయల ఫీజు వారికి ప్రతిక్షణం గుర్తుకు వచ్చి, చాలా క్రమశిక్షణతో అక్కడ వుంటారు.

కాని తిరిగి అక్కడనుండి బయటకు రాగానే అంతా మామూలే. అన్నీ పాత అలవాట్లే. అక్కడ వుండగా నేర్చుకున్నవి ఏవీ అనుసరించరు. క్రమంగా ఆ శిక్షణ ప్రభావంలోనుండి బయటపడతారు.

పాతజీవితంలోకి వచ్చి అదే ఒత్తిడి, అదే శ్రమ,అవే అనారోగ్యపు అలవాట్లు, ఆ చెత్త ఆహారం, సమయం పాటించని నిద్ర. అలా పదకొండు నెలలపాటు శరీరాన్ని, మనసును కష్టపెట్టుకుని, కేవలం ఆ కష్టం, బాధమొత్తం ఒక్క పదిరోజుల సెలవులతో మాయం అవటం అనేది సాధ్యమా!

నిత్యజీవితంలో ప్రతి సంస్కృతిలో కొన్నిరకాల దీక్షలు ఉంటాయి. ఆ దీక్షా సమయంలో ఆహారం, ఇతర అలవాట్లు నిబంధనలుంటాయి. అవన్నీ ఆ కొద్దిరోజులు పాటించటంకోసం పెట్టినవి కావు.

క్రమబద్ధమైన జీవితానికి అలవాటుపడమని,అది నేర్పేందుకు పెట్టినవి. ఆ విషయం మరచిపోయి మొక్కుబడిగా, మరెవరి బలవంతం మీదో తీసుకునే దీక్షలతో ఉపయోగం లేదు.

జీవితంలో క్రమశిక్షణ అనేది అంతర్గత కోరికతో రావు. అలా వచ్చిందే నిలుస్తుంది. బలవంతంగా మరెవరో అమలుచేసినది నిలవదు. దాని వలన లాభం వుండదు.

రోజువారీ జీవితంలో క్రమశిక్షణపాటించగలిగితే ఇకపాశ్చాత్యుల పద్ధతిలో వారాంతపు రిలాక్సేషన్ సంవత్సరానికి ఒకసారి హాలిడేయింగ్ అనేది అవసరం ఉండదు.

శరీరం మనసుగురించి ప్రతిరోజూ శ్రద్ధ వహించాలి. వాటి జాగ్రత్త దినచర్యలో భాగం కావాలి. వ్యాయామం అయినా, ధ్యానమైనా దినచర్యలోభాగంగా చేసుకున్నప్పుడే ఫలితాలు వస్తాయిగాని, మరెవరో చెప్పారని చెయ్యటంతో రావు.

'నా జీవితం నా అదుపులో' అనేది ఎవరి నినాదమవుతుందో వారికి సమస్యలుండవు. సమస్యలున్నా వాటిని హుషారుగా పరిష్కరించుకుంటారు.

కుటుంబానికి స్ఫూర్తి

ఆరోగ్యకర కుటుంబమే ఆనందంతో నిండిన కుటుంబము. కుటుంబ పెద్దగా అటువంటి కుటుంబ ఆరోగ్యం నిర్మించాలనుకుంటే అందుకు ఆ పెద్ద స్ఫూర్తిగా నిలవాలి.

శారీరక, మానసిన అనారోగ్యానికి నమూనా మా నాన్న అనేభావం పిల్లల్లో కలిగించాలి.

అందుకోసం వారికి ప్రతిరోజూ పాఠాలు బోధించాల్సిన అవసరంలేదు. క్రమబద్ధమైనజీవనం అనుసరిస్తే చాలు. పిల్లలు చాలా విషయాల్లో తమపెద్దలను అనుసరిస్తారు. జీవన విధానం తల్లిదండ్రుల నుండే సంక్రమిస్తుంది.

ఉదయం లేచే సమయం మొదలుకుని, రాత్రి నిద్రించేవేళ వరకు పెద్దలు ఏం చేస్తున్నారనేది పిల్లలు గమనిస్తుంటారు. ఆ అలవాట్లే పిల్లలకు వస్తాయి. ఆహారపు అలవాట్లు కూడా అటువంటివే. ఇంటిలో ఎటువంటి ఆహారం తింటున్నారు, ఆహారపు వేళలు ఏమిటి అనేవి పిల్లలకు అలవాటు చేయాలి.

కుటుంబసభ్యులందరూ కలిసి ఒకే సమయంలో ఆహారం తీసుకోవటం ఇంటిలో అలవాటు అయితే ఆ సమయానికి తప్పకుండా పిల్లలు ఇంటికి చేరతారు. ఆహారం పారేయకూడదన్న నియమం పెద్దలు పాటిస్తే పిల్లలు అనుసరిస్తారు.

వేళకు నిద్రించే అలవాటు ఇంటిల్లిపాదీ అలవాటుగా చెయ్యగలిగిన శక్తి మీ చేతిలోనే వుంది. నలుగురిలోవున్నప్పుడు ఎలాప్రవర్తించాలి, పెద్దలను ఎలా పలకరించాలి, సాటివారిని ఎలా గౌరవించాలి వగైరాలన్నీ పిల్లలకునమూనాగా అందించేశక్తి పెద్దలదే.

పెద్దలద్వారా అందుకున్నటువంటి ఆ మార్పు పిల్లల్లో శాశ్వతంగా నిలుస్తుంది. ఆ మార్పు పెద్దలు గర్వంగా పిల్లలకు అందించగలిగిన వారసత్వం.

టి.వెంకటేశ్వరరావు

పెంచుకోవటం అనేవి కీలకం. ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు మనుషులను మార్చివేస్తాయి. ఈ విషయం ఎంతోమంది బాల్యం నుండి చెప్పేవుంటారు.

ఇంటిదగ్గర తల్లిదండ్రులు,పాఠశాలలో గురువులు, ఇతర పెద్దలు చాలామంది మార్పు బోధన చేస్తూనే వుంటారు. ఇది అందరికీ అనుభవమే. అయినా ఆ మార్పు అంశాన్ని మనసుకు పట్టించుకున్న వారే నిజంగా తమ జీవితంలో మార్పు తెచ్చుకుంటారు. కొందరు ఆ మార్పుమాటలను పట్టించుకోరు.

కొందరిమీద కొంతకాలం పనిచేస్తుంది.ఆ తర్వాత తిరిగి వారి పాతపద్ధతిలోనే వుండిపోతారు.

వైద్యుడుచెప్పాడనిసిగరెట్‌మానేసేవారు, వైద్యుడు చెప్పాడని తీపిపదార్థాలకు బలవంతంగా దూరమయ్యేవారు ఒకటిరెండు నెలల తర్వాత మళ్ళీ మామూలుగా ఆరోగ్యం చెడగొట్టే అలవాట్లలోకి వెళతారు. అలాకాక వైద్యుడు చెప్పింది మనకోసం, మన ఆరోగ్యం కోసం అనే నమ్మకం మనసులో కలిగితే మార్పు క్రమంగా మొదలవుతుంది.

ఇదివరలోచూడగానే ఎగబడితిన్న తీపిపదార్థాలు కూడా ఇప్పుడు సహించనంతగా కనిపించటమే సుస్థిర మార్పు అంటే. మార్పు మనసులో మొదలైతే మొత్తం జీవితం మారిపోతుంది. ఆ మార్పు దినచర్యలోభాగంగా అనుసరిస్తారు.

వేకువనే లేవటం, అనవసరపు తిండ్లు తినకపోవటం, సాఫ్ట్‌డ్రింక్స్‌కి దూరమవటం, కాఫీ, టీ అలవాట్లు నియంత్రణలోకి రావటం... అలవాట్లు మారినప్పుడు శారీరకంగా, మానసికంగా కనిపించే తేడా మనిషి జీవితాన్ని వెనక్కి తిరగనీయదు.

మార్పు ఆనందం మనసుకు పట్టిన తర్వాత ఇక అంతా ముందడుగే. మనం తిప్పిన అలవాట్లకు మూలం మనసులో మార్పుకోరిక స్థిరత్వం. అది అందించే ఉత్సాహం. ఆ ఉత్సాహం చాలా అవసరం. మార్పును ఆస్వాదించటం మొదలుపెడితే ఆ ఉత్సాహం చివరివరకు వుంటుంది. ◆

పరదేశీ ప్రేమకథ

బెంగాలీలో ఆ తల్లిదండ్రులు అమిత్‌తో మాట్లాడుతూవుంటే ఆ భాషలోని సరళత్వాన్ని వింటూ ఆనందించాడు ప్రఫుల్.

అమీతుమీ అంటూ కొన్ని మాటలు తెలుగులో వాడుకగా ఉన్న విషయం గుర్తుకొచ్చింది. తెలుగువాళ్ళు దేశమంతా ఉన్నారు.

మార్వాడీల గురించి, మలయాళీల గురించి అందరూ అనుకుంటూ ఉంటారు, వాళ్ళు దేశంలో ఎక్కడున్నా కనిపిస్తారు అని.

నిజానికి తెలుగువాళ్ళు కష్టపడి పైకి వచ్చే అలవాటు ఉన్నవాళ్ళు.

అంతేగాక అందరినీ తమలో కలుపుకుంటూ తామూ అందరిలో కలిసిపోయే మనస్తత్వంగల వాళ్ళు. అందుకే వాళ్ళు కూడా దేశంలో అన్నిచోట్లా ఉన్నారు గాని, తమదంటూ ఒక ప్రత్యేకత అన్నట్లు వేరుగా ఉండరు.

అందరిలోనూ తామూ అన్నట్లు ఒదిగి ఉంటారు, అనుకున్నాడు ప్రఫుల్. వారణాసిలో ఎంతమంది తెలుగువాళ్ళు ఉన్నారో లెక్కలేదు. అక్కడే చదువుకున్న ప్రఫుల్‌కి ఆ విషయం తెలుసు.

తరచిచూస్తే ఈ శాంతినికేతన్‌లో మాత్రం ఉండరా అనుకున్నాడు. బెనర్జీ భార్య రంజనికి తెలుగువాళ్ళ ఆచారవ్యవహారాల గురించి, వారి సంస్కృతి గురించి తనకు తెలిసినవాటిలో కొద్దిగా చెప్పాడు.

ఆమె చాలా కుతూహలంగా వింది. అక్కడ టైమ్ ఇట్టే గడిచిపోయింది.

"ఇక వెళ్తాను. మీ టైమ్ చాలా తినేశాను, ఈ రోజు" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"లేదు లేదు డిన్నర్ చేసి వెళ్ళాల్సిందే" అని పట్టు పట్టింది బెనర్జీ భార్య రంజని.

బెనర్జీ కూడా బలవంతం చేసేసరికి వాళ్ళింట్లోనే డిన్నర్ చేసి హోటల్‌కి చేరుకున్నాడు ప్రఫుల్. అతనివెంట నీడలా వెళ్ళాడు బిట్టూ. ఆ విషయం ప్రఫుల్ గమనించుకోలేదు. ఫోన్ చెక్ చేసుకున్నాడు.

మిస్డ్ కాల్స్ ఉన్నాయి. మెసేజ్ పంపాడు. బెనర్జీ ఇంట్లో ఉన్నాను.

"హోటల్‌కి వెళ్ళాక కాల్ చేస్తాను" అని. "నో కాల్ టెక్స్ట్ మి" అని రిప్లయ్ వచ్చింది అతనికి.

ప్రఫుల్ హోటల్‌కి చేరేసరికి రాత్రి ఎనిమిదయింది. అప్పటికే బోల్‌పూర్ జనాభా నిద్రకు ఉపక్రమించి నట్లున్నారు. రోడ్లపైన జనసంచారం బాగా తగ్గిపోయింది. షాప్స్ కూడా షట్టర్స్ దించేసి ఆ రోజుకి వ్యాపారాన్ని నిలిపివేశాయి.

రిసెప్షన్‌లో ఉన్న వ్యక్తికి తన బిల్ రెడీ చేసేయమని మరుసటిరోజు ఉదయాన్నే తను రూమ్ ఖాళీ చేయబోతున్నానని చెప్పాడు ప్రఫుల్.

తర్వాత రూమ్‌కి వెళ్ళి డ్రెస్ చేంజ్ చేసుకుని మొబైల్ తీశాడు, శర్మిష్ఠకు మెసేజ్ చేయడానికి. అప్పుడు అతనికి మరో మెసేజ్ కనబడింది.

నెంబర్ మాత్రమే ఉంది పేరు లేదు. ఆ మెసేజి ఓపెన్‌చేశాడు ప్రఫుల్. "హాయ్. గుర్తున్నానా, నేను సోహిణిని. మీతో ఒక ముఖ్యమైన విషయం మాట్లాడాలి. వీలు కుదిరితే కాల్ చేయండి" అని ఉంది

సోహిణి పేరు చూడగానే పాఠాభవన్‌లో ఆమె కలవడం, ఆమె కూడా ఆర్ట్స్ బ్లాక్‌లోనే చదువుతుంది అన్న విషయం గుర్తుకి వచ్చాయి.



ఏమిటో ముఖ్యవిషయం అంటుంది. పైగా ఈమెతో మాట్లాడటం శర్మిష్ఠకు అస్సలు ఇష్టంలేదని తెలుస్తోంది. అలాంటప్పుడు మాట్లాడాలా! వద్దా! అని మీమాంసలో పడ్డాడు ప్రఫుల్.

ఒకవేళ ఆమె తనతో పరిచయం పెంచుకోవాలనుకుంటోందేమో! అది వీలుపడదు అని చెప్పేస్తే ఇక ఆమె దోవ ఆమె చూసుకుంటుంది తన వెనుక

గొర్తి శ్రీనివాస రావు

జరిగిన కథ

పిజి అకామిడేషన్ కోసం ప్రఫుల్ అవనీష్ ఛటోపాధ్యాయ ఇంటికి వెళ్తాడు. పిజి అకామిడేషన్ ఇక్కడ దొరుకుతుందని ఎవరు చెప్పారని ప్రఫుల్‌ని ప్రశ్నిస్తాడు అవనీష్ ఛటోపాధ్యాయ. తాను బెనర్జీగారి శిష్యుడినని ఆయన తనని పంపించారని చెబుతాడు ప్రఫుల్.

పైన గదిని చూపించటానికి అవనీష్ తన కుమార్తెని పిలుస్తాడు. తీరాచూస్తే ఆమె శర్మిష్ఠ. ఆశ్చర్యపోతాడు ప్రఫుల్. ఇంత అదృష్టమా తనకి అని లోలోపల సంబరపడిపోతుంటాడు.

ప్రఫుల్ అంటే ఎవరు అన్నట్లే ఏమీ తెలియని దానిలా తండ్రిముందు ప్రవర్తిస్తుంది.

పిజి అకామిడేషన్‌కి ఉండే నిబంధనలు, షరతులు ప్రఫుల్‌కి చెబుతాడు అవనీష్.

గది చూపించటానికి డాబాపైకి వెళతారు ప్రఫుల్, శర్మిష్ఠ. గదిలోకి వెళ్ళటంతోనే శర్మిష్ఠని చేయి పట్టుకులాగుతాడు ప్రఫుల్.

ప్రఫుల్ అవనీష్ ఇంటికి వెళ్ళాడని బిప్లవ్‌కి చెబుతాడు దత్తు. ఈ సంగతి నిజమేనా అని తిరిగి ప్రశ్నిస్తాడు బిప్లవ్.

ఇక జరగబోయేది చదవండి.

పడకుండా. మామూలు స్నేహం కూడా వీలవదని చెప్పేయాలి. ఎందుకంటే శర్మిష్ఠను హర్ట్ చేసేపని తాను చేయలేడు కాబట్టి.

అలా నిర్ణయించుకున్నాక ఆమె నెంబర్ సేవ్ చేశాడు సోహిణి పేరుమీద. తర్వాత ఆమెకి కాల్ చేశాడు. రెండో రింగ్‌కే కాల్ ఆన్సర్ చేసింది సోహిణి. "హలో" అన్న కోకిల స్వరం విని తనుకూడా "హలో" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"థ్యాంక్స్ కాల్ చేసినందుకు" అంది సోహిణి.

"మీరేదో ముఖ్యమైన విషయం అన్నారు. అందుకే మెసేజ్‌చూడగానే ఫోన్ చేశాను" అన్నాడు ప్రఫుల్.

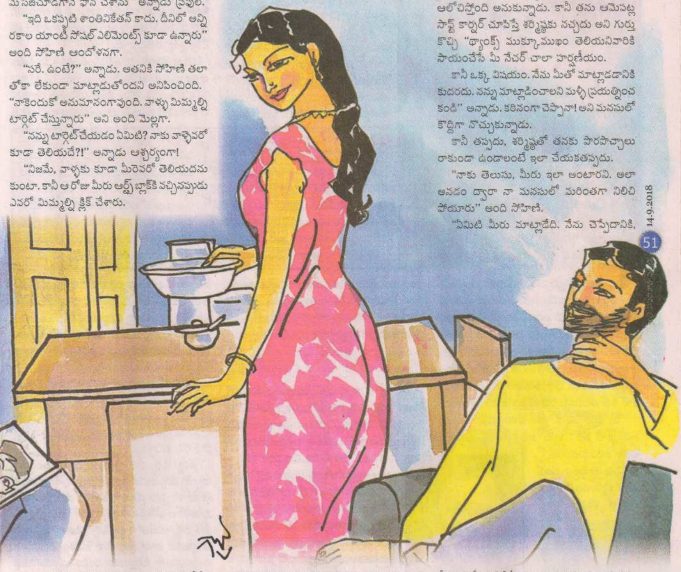
"ఇది ఒకప్పటి శాంతినికేతన్ కాదు. దీనిలో అన్ని రకాల యాంటీ సోషల్ ఎలిమెంట్స్ కూడా ఉన్నారు" అంది సోహిణి ఆందోళనగా.

"సరే. ఉంటే?" అన్నాడు. అతనికి సోహిణి తలా తోకా లేకుండా మాట్లాడుతోందని అనిపించింది.

"నాకెందుకో అనుమానంగావుంది. వాళ్ళు మిమ్మల్ని టార్గెట్ చేస్తున్నారు" అని అంది మెల్లగా.

"నన్ను టార్గెట్‌చేయడం ఏమిటి? నాకు వాళ్ళెవరో కూడా తెలియదే?!" అన్నాడు ఆశ్చర్యంగా!

"నిజమే, వాళ్ళకు కూడా మీరెవరో తెలియదను కుంటా. కానీ ఆ రోజు మీరు ఆర్ట్స్ బ్లాక్‌కి వచ్చినప్పుడు ఎవరో మిమ్మల్ని క్లిక్ చేశారు.



ఎందుకంటే ఈమధ్య ఒక వాట్సప్‌గ్రూప్‌లో మీ ఫొటో పెట్టి వివరాలు తెలిసినవాళ్ళు కాంటాక్ట్ చేయాలని మెసేజ్ పెట్టారు" అంది సోహిణి.

"నా ఫోటో? మీరు, మీతోపాటు ఇంకో అమ్మాయి ఉంది కదా ఆమె నా పిక్ తీసుకున్నారు. వేరెవరూ తీయలేదే?" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"బహుశా రీతూ ద్వారా ఆ ఫొటో కలెక్ట్ చేసుకుని ఉంటారు. అంటే రీతూకి ఏమైనా తెలుస్తుందేమో" అంది సోహిణి.

"ఊరికే పెట్టారేమో?" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"మీ పర్స్ పోయిందా?" అడిగింది సోహిణి.

"లేదే?" అన్నాడు.

"అయితే గ్యారంటీగా మీపైన ఏదో కుట్ర జరుగు తోంది. ఎందుకంటే ఆ మెసేజ్‌లో మీ పర్స్ మీకు ఇవ్వడానికే వివరాలు అడిగినట్లు ఉంది.

నాకు భయంగా ఉంది. మీరు చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి" అంది సోహిణి.

ఆమెగొంతు వణకడం గమనించాడు. ఆమె నిజం గానే భయపడుతోంది అనిపించింది అతనికి.

"మీ ఫ్రెండ్‌ని అడిగితే ఏమయినా వివరాలు తెల స్తాయేమో" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"దానికంటే ముందు నాకు ఆ మెసేజ్‌ల మీద అనుమానం వచ్చిన విషయం, నేను మిమ్మల్ని అప్ర మత్తం చేయాలనుకున్న విషయం కూడా తెలుస్తుంది. అది నాకు కూడా ప్రమాదం" అంది సోహిణి.

"ఎనీ వే థ్యాంక్స్. ఈ విషయం చెప్పడానికే ఫోన్ చేశారా?" అడిగాడు ప్రఫుల్.

తను చెప్పాలనుకున్న మాట ఆమెకు చెప్తే ఇక మీదట తన గురించి ఆలోచించడం మానేస్తుందని అతని ఆశ!

"ముఖ్యమైన విషయం ఇదే! ఇంకేంలేదు. జాగ్ర త్తగా ఉంటానని ప్రామిస్ చెయ్యండి" అంది సోహిణి.

ఆమె మాటలకు అతని మనసు కరిగింది. ఏంటి ఈ అమ్మాయి ఇంతగా తన గురించి ఆలోచిస్తోంది అనుకున్నాడు. కానీ తను ఆమెపట్ల సాఫ్ట్ కార్నర్ చూపిస్తే శర్మిష్ఠకు నచ్చదు అని గుర్తు కొచ్చి "థ్యాంక్స్ ముక్కూముఖం తెలియనివారికి సాయంచేసే మీ నేచర్ చాలా హర్షణీయం.

కానీ ఒక్క విషయం. నేను మీతో మాట్లాడడానికి కుదరదు. నన్ను మాట్లాడించాలని మళ్ళీ ప్రయత్నించ కండి" అన్నాడు. కఠినంగా చెప్పానా! అని మనసులో కొద్దిగా నొచ్చుకున్నాడు.

కానీ తప్పదు, శర్మిష్ఠతో తనకు పొరపొచ్చాలు రాకుండా ఉండాలంటే ఇలా చేయకతప్పదు.

"నాకు తెలుసు, మీరు ఇలా అంటారని. అలా అనడం ద్వారా నా మనసులో మరింతగా నిలిచి పోయారు" అంది సోహిణి.

"ఏమిటి మీరు మాట్లాడేది. నేను చెప్పేదానికి, మీరు చెప్పేదానికి ఏమైనా సంబంధం ఉందా! నన్ను ఇకపై కాంటాక్ట్ చేయనని మీరు ప్రామిస్ చేయండి" అన్నాడు ప్రఫుల్ కొంచెం కోపంగా.

అంతలో అతనికి శర్మిష్ఠ నుంచి కాల్ రావడం మొదలైంది. అది చూసి మరింత టెన్షన్ పడ్డాడు. ఇప్పుడు తను ఎందుకు ఫోన్ బిజీగా ఉందని అడిగితే ఏం చెప్పాలి?



"నాకు నచ్చిన పనిచేసే స్వాతంత్ర్యం నేను వదులుకోవాలా? నాకు మీరు నచ్చారు.మీరంటే అభిమానం కలిగింది. అలా మరొకరికి కూడా కలిగి ఉండొచ్చు. అంతమాత్రాన నా మనసుని చంపుకోవాలా. ఇది న్యాయమేనా?" అడిగింది సోహిణి.

ఆమెకు ఏం సమాధానం చెప్పాలో తెలియలేదు. శర్మిష్ఠ కాల్ పికప్ చేద్దామనుకున్నాడు. కానీ ఆమె కాల్ కట్ అయింది.సోహిణిపైన కోపం హెచ్చింది.

"మీ ఇష్టం నేనుమాత్రం మాట్లాడను" అంటూ ఆమె కాల్ కట్ చేశాడు. అతని మనసు అల్లకల్లోలంగా అయిపోయింది.

కొద్దిసేపు మౌనంగా ఉండి మనసు స్థిమితం చేసుకుని తర్వాత శర్మిష్ఠకు కాల్ చేశాడు. ఆమె వెంటనే తియ్యలేదు. ఐనా ఓపికగా వెయిట్ చేశాడు.

"హలో" అంది శర్మిష్ఠ నిరాసక్తంగా.

"హాయ్.ఇందాక నువ్వు ఫోన్ చేసినప్పుడు అమ్మతో మాట్లాడుతున్నా" అన్నాడుప్రఫుల్ మొట్టమొదటిసారి శర్మిష్ఠకు అబద్ధం చెప్తూ. ఆశ్చర్యంగా అతని మనసు రిలీఫ్ ఫీలైంది. అటువైపు ఉన్న శర్మిష్ఠకు కూడా రిలీఫ్ కలిగినట్లుంది.

"అలాగా? ఏమన్నారు మీ అమ్మగారు. మా ఇంటికి గెస్ట్‌గా వస్తున్నానని చెప్పావా?" అంది ఉత్సాహంగా!

శర్మిష్ఠ గొంతులో మార్పు చూసి హమ్మయ్య అనుకున్నాడు. ఎవరన్నారో గాని 'ప్రేమలో పడ్డాడు అని ఖచ్చితంగా ఎప్పుడు తెలుస్తుందంటే తన లవర్‌కి అబద్ధం చెప్పినప్పుడు' అనుకుంటూ నవ్వుకున్నాడు. మరక మంచిదే అన్నట్లు అబద్ధం కూడామంచిదే. మంచిదే ఏంటి, నా పిచ్చిగాని అబద్ధం నిత్యావసరవస్తువు ప్రేమికులకు అనుకున్నాడు.

"అమ్మకి చెప్పాను హోటల్ వదిలి ఒక మంచి బెంగాలీ ఇంటికి వెళ్తున్నానని. ఆమె చాలా ఎగ్జయిట్ అయింది. వాళ్ళ ఆచారవ్యవహారాలు మీతో కొద్ది రోజులు గడపడానికి" అంటూ కోతలు కోశాడు.

అలా ఓ గంట మాట్లాడుకున్నాక గుడ్‌నైట్ చెప్పుకుని నిద్రకు ఉపక్రమించారు. ఆ హడావుడిలో సోహిణి చెప్పిన హెచ్చరిక మూలనపడిపోయింది. అంత ఆనందకర వాతావరణంలో భయానక విషయాలకు చోటులేదుకదా!

ఆ రాత్రి రిసెప్షనిస్ట్ దగ్గర బిట్టూ ప్రఫుల్ ఎప్పుడు ఖాళీ చేస్తున్నాడో ఆరా తీశాడు అతనికి అనుమానం రాకుండా. బిట్టూ లోకల్ వాడే కాబట్టి రిసెప్షనిస్ట్‌కి అనుమానంరాలేదు. తనకి తెలిసిన సమాచారం దత్తుకి వెంటనే తెలియచేశాడు బిట్టూ.

మరుసటిరోజు ప్రఫుల్ హోటల్ ఖాళీ చేసి వెళ్ళేటప్పుడు అతను ఎలా వెళ్తాడో తనకు తెలియాలి కాబట్టి మరుసటి రోజు ఉదయం నుండి బిట్టూకి హోటల్ దగ్గర డ్యూటీ వేశాడు దత్తు. కావాలంటే ఎవరో గెస్టులు వస్తున్నారని చెప్పి అక్కడ ఒక రూమ్ కూడా తీసుకోమని చెప్పాడు. బిట్టూ అలాగే చేశాడు.

ప్రఫుల్ రూమ్‌కి దగ్గరలో తనుకూడా ఒక రూమ్ తీసుకున్నాడు. గెస్టులు రావలసి వుందని, వాళ్ళు ఉదయాన్నే వస్తారు కాబట్టి వాళ్ళ కోసం ఒక రూమ్ కావాలని చెప్పాడు రిసెప్షనిస్ట్‌కి.

మరుసటి రోజు ఉదయాన్నే ప్రఫుల్ తన సామాను అంతా బ్యాగుల్లోనూ, సూట్‌కేసుల్లోనూ సర్దుకున్నాడు. అంతా కలిపి ఒక అరడజను శాల్తీలు లెక్కతేలాయి. వాటన్నిటినీ తీసుకెళ్ళడానికి చిన్ని ట్రాన్స్‌పోర్ట్ వెహికిల్ కోసం చూడమని చెప్పాడు హోటల్ సిబ్బందికి.

బిట్టూ ఉదయాన్నే లేచి ప్రఫుల్ పైన ఒక కన్నేసి ఉంచాడు. లాంజ్‌లో కూర్చుని టీ ఆర్డర్ చేసి అక్కడే పేపర్ చదువుతూ టీ తాగుతూ వెయిట్ చేస్తున్నట్లు నటిస్తున్నాడు.

ఎప్పటికప్పుడు ప్రఫుల్‌కి సంబంధించిన సమాచారం దత్తుకి తెలియచేస్తూ ఉన్నాడు.

కొద్దిసేపటికి చిన్ని టెంపో వచ్చింది. దానిలో సామానుపెట్టి వాళ్ళు సామాను తీసుకెళ్ళాల్సిన అడ్రస్ ఇచ్చాడు ప్రఫుల్. అక్కడ వెయిట్ చెయ్యమని చెప్పి తను హోటల్ బిల్ పే చేశాడు. బిట్టు లాంజ్‌లోనే కూర్చుని వాచ్ చేస్తూ ఉన్నాడు.

టెంపో బయల్దేరింది. దానితోపాటు హోటల్‌నుంచి ఒక కుర్రాడిని కూడా పంపాడు రిసెప్షనిస్ట్. ఆ కుర్రాడికి బాగానే టిప్ ఇచ్చాడు ప్రఫుల్.

బిల్ పే చేయడానికి కొంతసేపు వెయిట్ చేశాడు. అతని ఫుడ్ బిల్ రూమ్ సర్వీస్ వాళ్ళు తెచ్చి ఇవ్వడం లేట్ చేశారు. ఈలోగా శర్మిష్ఠకు మెసేజ్ చేశాడు సామాను పంపించిన విషయం. అవనీష్‌కి కూడా ఫోన్ చేసి చెప్పాడు.

అన్ని చెల్లింపులు అయిపోయాక అందరికీ థ్యాంక్స్ చెప్పి బయటకు వచ్చాడు ప్రఫుల్. ఇకనుండి తాను శర్మిష్ఠకు దగ్గరగా ఉండబోతున్నాడు. ఏదో సాకుతో ఆమె తన దగ్గరకు వస్తుంది. ఆమెతోపాటు బ్రేక్ ఫాస్ట్, ఆమెతో పాటు డిన్నర్ చేయబోతున్నాడు అనుకుంటే చాలా థ్రిల్లింగ్‌గా అనిపించింది.

మనసంతా ఉల్లాసంగా ఉంది. అప్పుడు మొబైల్‌లో మెసేజ్‌వచ్చిన సౌండ్ వినిపించింది. వాట్సప్‌లో మెసేజ్ వచ్చింది. ఒక చిన్ని బెంగాలీ పాప నమస్కారం చెప్తూ గుడ్ మార్నింగ్ చెప్తున్నట్లు ఉన్న పిక్ పంపింది సోహిణి.

"ఇదేంటి ఈ అమ్మాయి వద్దన్నా వెంటపడుతుంది. పెద్ద తలనొప్పిలా ఉందే" అనుకుంటూ ఆమె పంపిన మెసేజ్‌ని డిలీట్ చేశాడు.ఆమె నెంబర్ బ్లాక్‌చేసేశాడు.

సినిమాలే టార్గెట్

చిన్నప్పటినుంచి సినిమాలపట్ల మోజుతో ఎలా అయినా నటి కావాలని కలలు కన్నది పాయల్ రాజ్‌పుత్. అందుకోసం నటనలో కోర్సులూ చేసింది. అలా నెమ్మదిగా టెలివిజన్ సీరియల్స్‌లో నటించడం ఆరంభించింది.

వీటిద్వారా ఎంతగా ఫేమ్ అయినా తన టార్గెట్ మాత్రం సినిమాలే. తొలిసారి పంజాబీ సినిమాలో వచ్చిన ఆఫర్‌కు మాత్రం ఆలోచించకుండా ఓకే చెప్పేసింది.వరుసగా పంజాబీ అవకాశాలు వాటంతటవే తలుపు తట్టాయి.

తెలుగులో 'ఆర్.ఎక్స్ 100'సినిమాతో సక్సెస్ సాధించింది. ఏ సన్నిహిత సన్నివేశాలైనా, గ్లామరస్ పాత్రలైనా కథ డిమాండ్‌మేరకే చేస్తానంటున్నదీ ఢిల్లీ పాప పాయల్ రాజ్‌పుత్.



నా పెళ్ళి ఎప్పుడో కాంగ్రెస్ పార్టీతో అయిపోయింది.

-రాహుల్‌గాంధీ, కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు



అటూ ఇటూ చూశాడు ఆటో కోసం.

ఎక్కడా ఆటో కనబడలేదు. రిసెప్షనిస్ట్ వచ్చి "ఎలా వెళ్తారు?" అన్నాడు.

"అదే చూస్తున్నా ఏమైనా ఆటో దొరుకుతుందేమో అని" అన్నాడు ప్రఫుల్.

"ఇక్కడ ఈ టైమ్‌లో దొరకడం కష్టమే. మీరు ముందు చెప్తే నాకు తెలిసిన ఆటోవాడిని రమ్మని చెప్పి పెట్టేవాడిని" అన్నాడు.

"పోనీ ఒక పని చేయండి. నా సైకిల్ ఉందిగా, దానిపై వెళ్ళండి. ఈవినింగ్ వచ్చి ఇచ్చేయవచ్చు" అని సలహా ఇచ్చాడు. బిట్టూ నవ్వుకున్నాడు ఆ మాటలు విని.దత్తు ముందుగానే ఆటో అన్నది అక్కడకు పోకుండా కట్టడి చేయించాడు ఆటో అసోసియేషన్‌తో మాట్లాడి. ముందుగానే బిట్టూకి చెప్పాడు, అతను సైకిల్‌పైనే బయల్దేరుతాడు.

అలా అక్కడ బయల్దేరగానే ఫోన్ చేసి చెప్పమన్నాడు. అందుకే జరగబోయే సంఘటన కోసం సినిమా చూస్తున్న ప్రేక్షకుడిలా చూస్తున్నాడు.

"ఓ థ్యాంక్యూ. సైకిల్‌పైన వెళ్ళడం అంటే నాకు చాలా ఇష్టం. మంచి సలహా ఇచ్చారు" అంటూ సైకిల్ తాళం తీసుకుని దానిపైకి ఎక్కి తొక్కడం ప్రారంభించాడు. బిట్టూ వెంటనే విషయం ఫోన్ చేసి చెప్పాడు. అతనికి వచ్చిన సూచన ప్రకారం ప్రఫుల్‌కి కొంత దూరంలో తను కూడా తన సైకిల్‌పై ఫాలో చేయసాగాడు.

రోడ్డుపైన ట్రాఫిక్ ఓ మాదిరిగా ఉంది. అప్పుడప్పుడు కార్లూ, టూ వీలర్స్ వెళ్తున్నాయి. రోడ్డుపక్కన ఉన్న షాపులు ఇంకా తెరుచుకోలేదు. సామాను ఇంట్లో పెట్టేసి క్లాసుకి వెళ్ళాలి అనే ఉద్దేశంలో కొంత ముందుగానే బయల్దేరాడు ప్రఫుల్.

ఎక్కడో దూరంగా ఒక మందిరంలో నుంచి పూజారి చదువుతున్న మంత్రాలు వినిపిస్తున్నాయి. బెంగాలీ బాబులు రోడ్డు పక్కన నడుస్తూ కనిపించారు. ఒకచోట రోడ్డు పక్కనే ఒక కుర్చీవేసి అందులో కస్టమర్‌ని పెట్టుకుని క్షవరం చేస్తున్నాడు ఒక బెంగాలీ. మరోచోట స్కూల్‌కి వెళ్తున్న పిల్లలు కనిపించారు.

అటూ ఇటూ చూసుకుంటూ నిదానంగా పెడలింగ్ చేస్తున్న ప్రఫుల్‌కి వెనుకనుంచి వస్తున్న ఒక చెత్త లారీ సౌండ్ అంతగా ఆకట్టుకోలేదు.

ఆ చెత్తలారీ కూడా ఏమాత్రం హెచ్చరిక లేకుండా వేగంగా వచ్చి ప్రఫుల్ సైకిల్‌కి డాష్ ఇచ్చాడు.

దాంతో సైకిల్‌తో సహా గాల్లోకి లేచిన ప్రఫుల్ రోడ్డుకి ఒక పక్కగా పడిపోయాడు.

లారీడ్రైవర్ ప్రఫుల్ రోడ్డుమీద పడడంచూసి తిన్నగా అతనిమీదకు పోనిచ్చాడు.

ఆ లారీ టైర్లకింద పడి అతని శరీరం నుజ్జు నుజ్జు అయిపోయేది.

కానీ దేవుడు వచ్చినట్లుగా అక్కడ డ్యూటీలో ఉన్న హోమ్‌గార్డు జరగబోతున్న దారుణంగమనించి వేగంగాముందుకి వచ్చి ప్రఫుల్ చెయ్యి పట్టుకుని గట్టిగా ఒక పక్కకి లాగాడు.

ప్రఫుల్‌ని మిస్ అయిన లారీడ్రైవర్ వేగం పెంచుతూ అక్కడనుంచి వెళ్ళిపోయాడు. ఆ లారీ నెంబర్ కూడా చెత్తతో నిండిపోయి క్లియర్‌గా లేదు.

కిందపడిన ప్రఫుల్ స్పృహ కోల్పోయాడు. అతన్నిపక్కకి లాగిన హోమ్‌గార్డుఅంబులెన్స్‌కి ఫోన్‌చేశాడు.

ప్రఫుల్‌కి తగిలిన దెబ్బలనుంచి రక్తం మడుగులా కట్టింది. జనాలు చుట్టూ మూగారు.

ఎవరికివారు రకరకాల అభిప్రాయాలు వెలిబుచ్చుతున్నారు. అందరూ లారీవాడిని తిడుతున్నారు. ఇంతలో ఎవరో ముక్కు దగ్గర వేలుపెట్టి చూసి పెదవి విరిచారు. బిట్టూ అదంతా గమనించి గుంపుకి దూరంగా జరిగినదంతా దత్తుకి ఫోన్ చేశాడు.

ఒక అరగంటకు అంబులెన్స్ వచ్చింది. ప్రఫుల్‌ని స్ట్రెచర్‌పై అంబులెన్స్ ఎక్కించారు అంబులెన్స్ సిబ్బంది. తనుకూడా వెంట వెళ్ళాడు హోమ్‌గార్డు. అంబులెన్స్‌లో ఉన్న పారామెడిక్స్ ప్రఫుల్‌కి ఆక్సిజన్ పెట్టారు. రక్తం కారకుండా చేయవలసినదంతా చేశారు. "ఎలా ఉంది అతనికి" అడిగాడు హోమ్‌గార్డ్.

"లోపల ఆర్గాన్స్ ఎలా ఉన్నాయో తెలియదు. రక్తం చాలా పోయింది. తలకి దెబ్బ తగిలింది. కండిషన్ ఎలా ఉందో చెప్పలేము. డాక్టర్ కూడా అదే చెప్తాడు చూడు" అన్నాడు.

ప్రఫుల్‌కి వాళ్ళ మాటలు అన్నీ వినిపిస్తున్నాయి. కాని మాట్లాడడానికి మాత్రం అతనివల్ల కావడంలేదు. కనురెప్పలు ఎవరో బలవంతంగా మూసినట్లు అనిపిస్తోంది.

ఎంత తెరవాలన్నా అతనివల్ల కావడం లేదు. నేను బాగానే ఉన్నాను.

నేను బాగానే ఉన్నాను. నేను శర్మిష్ఠను కలుసుకోవాలి. నేను శర్మిష్ఠను కలుసుకోవాలి. ఈ మాటలే అతని మనసులో సుళ్ళు తిరుగుతున్నాయి. నేను, నేను... అనుకుంటూనే ఉంది అతని మనసు.

అంబులెన్స్ హాస్పిటల్‌కి చేరుకుంది. ఎమర్జెన్సీ కేసు వస్తోంది అని ముందుగానే తెలిసిన డాక్టర్లు, ఇతర సిబ్బందిఅంతాసిద్ధంగాఉన్నారు.అంబులెన్స్ ఆగీఆగగానే స్ట్రెచర్ దింపడానికి ట్రాలీపైన పెట్టడానికి ఏర్పాట్లు జరిగిపోయాయి.

అతన్ని సేఫ్‌గా ట్రాలీపైన స్ట్రెచర్‌తో సహా పెట్టి తోసుకుంటూ తిన్నగా ఓటిలోకి తీసుకెళ్ళిపోయారు.

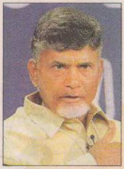
కొంచెంసేపటి తర్వాత అతని పర్స్, మొబైల్ తెచ్చి హోమ్‌గార్డుకి ఇచ్చారు, ఇందులో చూసి ఎవరికి

జోరు పెరిగింది

తెరమీద అందంగా కనపడితే చాలదని, చేసే పాత్రకు అందం చేకూర్చాలని బోల్డెంత పరిణతితో చెప్తున్నది కాజల్ అగర్వాల్.

కెరీర్ పరుగులో యాభై సినిమాల సంఖ్యను దాటేసిన కాజల్ తెలుగు, తమిళభాషల్లో వరుస చిత్రాలు చేస్తూ, జోరు పెంచేసింది.

"ప్రతి సినిమాకూ ప్రతి నటీనటులూ గ్లామర్ హంగులు అద్దాల్సిందే. పాత్రలో పూర్తిగా ఒదిగి పోవడాన్నే నేను అసలైన అందంగా భావిస్తాను" అంటున్నది కాజల్ అగర్వాల్.



ఒకప్పుడు సైన్యం బలం, తర్వాత ధనబలం... ఇప్పుడు జ్ఞానమే బలం... అది వున్నవారే ప్రపంచాన్ని జయిస్తారు.
-చంద్రబాబునాయుడు, ఎ.పి. ముఖ్యమంత్రి

చిలిపి



మనిషి తన జీవితంలో సాధించలేనిదేమిటి?
కంటిరెప్పలు ఆడించకుండా ఉండటం.

నీవు దేముడికి నమస్కారం ఎప్పుడు చేస్తావు?
నేను ఎక్కిన బస్సు డ్రైవర్ చేతులు వదిలి సిగరెట్ వెలిగించేటప్పుడు.

హీరోయిన్‌ని బంధించాక విలన్ ఏం చేస్తాడు?
హీరో వచ్చి తన్నేవరకు హీరోయిన్ చేత పాట పాడించుకుంటాడు.

ఏ మూల దాగినా వెదికి పట్టుకొనువాడు.
ఎల్.ఐ.సి. ఏజెంటే.

ఇంటికి డ్రైనేజి గొట్టాలెందుకు?
దొంగలు పైకి ప్రాకేందుకు.

నాకు రాత్రుళ్ళు తీయటి కలలు వస్తున్నాయి?
మీకు షుగర్ కంప్లైంట్ ఉందేమో!

ఆవులింత వస్తే చేయి అడ్డంపెట్టుకుంటారెందుకు?
ఆవులిస్తే పేగులు లెక్కపెట్టేవాళ్ళు ఉంటారని!

నూతన వధూవరులచేత "బంతులాట" ఆడిస్తారు ఎందుకని?
ఇద్దరిమధ్యా గొడవలు వచ్చినప్పుడు ఇంటిలోని వస్తువులతో ఒకరిపై ఒకరు విసురుకొనేందుకు.

సమాచారం అందించాలో చూడు అంటూ.

మొబైల్ ఫోన్ ఓపెన్ కాలేదు. పర్స్‌లో అతని ఐడి కనబడింది. అతను కళాభవన్‌లోని పిజి స్టూడెంట్ అని తెలియగానే టెలిఫోన్ డైరెక్టరీ చూసి కళాభవన్‌కి ఫోన్ చేశాడు హోమ్‌గార్డ్. ఫోన్ ఆన్సర్‌చేసిన సిబ్బందికి అతని వివరాలు చెప్పి అతనికి తెలిసినవాళ్ళు ఉంటే వెంటనే హాస్పిటల్‌కి పంపమన్నాడు.



డాలర్‌తో రూపాయి విలువ మరీ భయపడాల్సినంత స్థాయిలో క్షీణించలేదు.
-రఘురామ్ రాజన్, ఆర్.బి.ఐ మాజీ గవర్నర్

కళాభవన్ సిబ్బంది తన దగ్గర ఉన్న పాడ్‌పైన సమాచారం రాసుకుని పిజి క్లాసెస్ కోఆర్డినేటర్ అయిన బెనర్జీకి ఫోన్ చేసి చెప్పాడు.

ప్రఫుల్‌కి యాక్సిడెంట్ అయిందన్న వార్త వినగానే షాక్‌కి గురయ్యాడు బెనర్జీ.

నిన్ననే తమ ఇంట్లో డిన్నర్ చేశాడు.

అమిత్ బొమ్మగీసి ఇచ్చాడు.

తెల్లారేసరికి యాక్సిడెంటా! అందులోనూ క్రిటికల్ కండిషనా?! ఓ భగవంతుడా ఏమిటి నీ మాయ. మాలో మమకారాలు పుట్టిస్తావు, అనుబంధాలు కల్పిస్తావు అంతలోనే విషాదంలోకి తోసేస్తావు? ఇది న్యాయమా అంటూ రోదించింది బెనర్జీ మనసు.

ఇద్దరు ముగ్గురు స్టూడెంట్స్‌ని తనతో రమ్మని చెప్పి బెనర్జీ హాస్పిటల్‌కి బయల్దేరాడు.

కళాభవన్‌లో కొత్తగా చేరిన పిజి స్టూడెంట్‌కి యాక్సిడెంట్ జరిగిందని క్రిటికల్ కండిషన్‌లో ఉన్నాడన్న వార్త యూనివర్సిటీ అంతా దావానలంలా వ్యాపించింది.

దత్తు, అలోక్‌లు జబ్బలు చరుచుకుని సంతోషించారు. బిప్లవ్ కూడా మీసాలు మెలివేశాడు.

కానీ అతని మనసులో చాలా భయంకరమైన తప్పు చేసిన భావం మెల్లమెల్లగా చాపకింద నీరులా చేరి దిగులు పెంచింది.

"బిప్లవ్‌దా, నువ్వు హ్యాపీ కదా!" అన్నాడు దత్తు.

"నీ మాట నిలబెట్టుకున్నావు దత్తూ. నేను హ్యాపీ" అంటూ బుకాయించాడు బిప్లవ్.

"నువ్వు ఖర్చుపెట్టిన డబ్బుకి ఫలం దక్కింది. ఇక నీ ప్రేమకు ఆటంకం ఉండదు" అన్నాడు దత్తు.

"వాడు బ్రతుకుతాడంటావా?" అడిగాడుబిప్లవ్.

"బ్రతికితే మాత్రం వాడి కాళ్ళు, చేతులు మామూలుగా పనిచేయవు. లేదంటే చెప్పు వాడిని హాస్పిటల్‌లోనే ఖతమ్ చేయించేద్దాం" అన్నాడు దత్తు.

"వద్దు, వద్దు. బతికిపోనీ వాడిని" అన్నాడు బిప్లవ్.

అయోమయంగా అతనివైపు చూశాడు దత్తు. వాడిని లేపేయాల్సిందే అని పట్టుపట్టిన మనిషేనా ఇతను అన్నట్లు.

"సరే, ఇక ఇప్పుడు చేయాల్సింది ఏమిటి?" అన్నాడు బిప్లవ్, దత్తు ఆలోచనలకి అడ్డుకట్టవేస్తూ.

"ఏముంది, శర్మిష్ఠకు దగ్గరకావడమే. ఒకవేళ ఆమె ఇతని గురించి బాధపడితే నువ్వుకూడా కాస్త బాధ చూపించు.

కానీ మెల్లమెల్లగా ఆమె అతన్ని మరిచిపోయేలా ఆమెను వేరే కార్యక్రమాల్లోకి లాగు" అన్నాడు.

"ఇప్పుడు మనం హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళాలంటావా" అన్నాడు బిప్లవ్.

"వద్దు. నేను వెళ్తాను. నువ్వు రావడం మంచిదనిపిస్తే కాల్ చేస్తాను. అప్పుడు వద్దువుగాని" అంటూ తను హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళాడు దత్తు.

బెనర్జీ తన స్టూడెంట్స్‌ని వెంటబెట్టుకుని హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళాడు. అక్కడ హోమ్‌గార్డ్ దగ్గర నుంచి ప్రఫుల్ పర్స్, మొబైల్ తీసుకున్నాడు. హాస్పిటల్ సిబ్బంది పెట్టమన్నచోట సంతకాలు పెట్టాడు.

అవనీష్ ఛటోపాధ్యాయ్ ఇంటికి సామాన్లు ఉన్న టెంపో వెళ్ళిన తర్వాత కొంచెంసేపు వెయిట్ చేసి తర్వాత అతని సామాను ఆ టెంపో కుర్రాడు, హోటల్ కుర్రాడు కలిసి సాయం చేయగా పెంట్‌హౌస్ దగ్గర పెట్టించాడు.

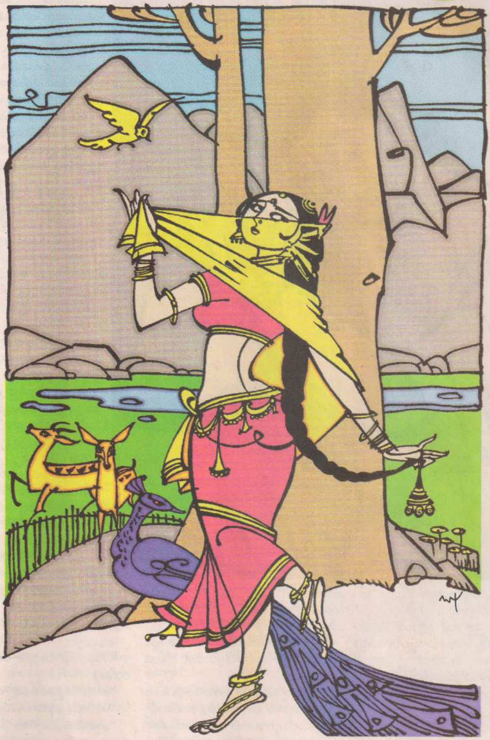
పనిమనిషిని పంపాడు ఆ సామాను లోపల పెట్టించమని. శర్మిష్ఠ తనుకూడా చూస్తానని చెప్పి వెళ్ళింది. ప్రఫుల్ సామాను పెంట్‌హౌస్‌లో పెట్టించి జాగ్రత్తగా తాళంపెట్టించి అతనికోసం వెయిట్‌చేసింది. మొబైల్‌కి ఫోన్ చేస్తే స్విచ్ ఆఫ్ వస్తోంది.

ఎందుకో అర్థంకాలేదు ఆమెకి. కాని తర్వాత వాట్సప్ గ్రూపుల్లో ప్రఫుల్‌కి యాక్సిడెంట్ అవడం, అతన్ని హాస్పిటల్స్‌కి తీసుకెళ్ళడం గురించి వివరాలు రావడం మొదలైంది.

ఇంకా ఉంది

ప్రతీ వారం శ్రీ బాపు బొమ్మ





మా ఊరికి రా గోవింద

పి. అరుణ



నెలకు ఒకసారి అయినా గోవిందం మా ఊరికి వచ్చేవాడు.

వచ్చినప్పుడల్లా మా ఇంటి ఎదురుగా రోడ్డుకు అవతలివైపున ఉన్న అనంతాచార్యుల గారింట్లో నాలుగయిదు రోజులు ఉండేవాడు.

అనంతాచార్యులుగారు ఇప్పుడు బతికిలేరు. కొన్నేళ్ళక్రితం దివంగతుడయ్యాడు.

ఆయన భార్య కమలమ్మగారు, ఆమె కొడుకు, రెండో కూతురు ఆ ఇంట్లో ఉంటారు.

బజారు వీధిలోవున్నపెద్ద పెంకుటిల్లు అది. ఇంటి బయట ఎత్తుగా, పొడుగ్గా వున్న కొండరాతి అరుగులు. గోవింద ఏ ఊరునించి వచ్చేవాడో తెలీదు. ఎప్పుడు వచ్చినా రాత్రి వేళలోనే వచ్చేవాడు.

పూర్తిగా తెల్లవారకముందే కంజరమోగిన శబ్దం వినపడేది. కంజర శబ్దం వినిపించిందంటే గోవింద వచ్చాడన్నమాటే.

గోవింద ఎప్పుడూ కంజర వాయించేవాడు.కంజర శబ్దం విని నిద్రలేచి ఇంట్లో నుంచి బయటకువచ్చి చూస్తే కమలమ్మగారి ఇంటి బయట అరుగుమీద కూర్చుని కంజర వాయిస్తున్న గోవింద కనిపించేవాడు. సంతోషమనిపించేది. గోవింద మా ఊరు వచ్చి వెళ్ళినదగ్గర్నించీ నేను అతని రాకకోసం ఎదురుచూసేవాడిని.

గోవింద నాకంటే వయసులో పెద్దవాడు అయినా హైస్కూల్లో పదోతరగతి చదివే నాతో బాగా స్నేహంగా ఉండేవాడు.

ఎందుకో తెలీదు. అతని స్వభావమే అంత అనుకుంటాను. అతను ఎక్కడివాడో గోవింద ఏ ఊర్నుంచి మా ఊరికి వచ్చేవాడో తెలీదు. ఒకసారి ఇదే విషయాన్ని అతన్ని అడిగితే జవాబు చెప్పకుండా నవ్వి ఊరుకున్నాడు.

మా ఇంటి ఎదురుగావున్న కమలమ్మ గారిని అడుగుదామంటే భయమేసింది.

ఆమె ఎప్పుడూ ఎందుకో సీరియస్‌గా ఉంటుంది. ఆమె మొహం తుమ్మల్లో పొద్దు గూకినట్లు వుంటుంది. గోవింద మా ఊళ్ళో వున్నరోజుల్లో ఊరికే ఉండేవాడు కాదు.

ఉదయమే స్నానంచేసి నుదుటిమీద వెంకటేశ్వరస్వామి నామాలు దిద్దుకుని కంజర వాయిస్తూ గోవిందుడి పాటలు పాడుతూ ఇంటింటికీ తిరిగేవాడు.

అతని భుజానికి ఒక జోలె వేలాడుతూ ఉండేది. అతను ఇంటిముందు నిలబడి కంజరవాయిస్తూ భక్తి పాటలు పాడుతున్నప్పుడు ఆ ఇంటివాళ్ళు అతడి జోలెలో కొంచెం బియ్యంపోసేవాళ్ళు.

అలా కంజర వాయిస్తూ అతడు మా ఇంటి ముందుకు వచ్చినప్పుడు నేను గోవింద జోలెలో ఎక్కువ బియ్యం వేసేవాడిని.

అప్పుడు గోవింద నా దగ్గర ఆగిమిమిక్రీ చేసేవాడు. అతడిలో అటువంటి ఆర్టువుందని ఎవరూ అనుకోరు. కుక్కలాగా, మేకలాగా, కోతిలాగా గొంతు మార్చి అరిచేవాడు.

నేను నవ్వేవాడిని.

ఎప్పుడైనా అతడు ఖాళీగా కమలమ్మగారి ఇంటి బయట అరుగులమీద కూర్చున్నప్పుడు గోవింద దగ్గరకువెళ్ళి జంతువుల అరుపులు అరిపించి నవ్వుకునేవాడిని. గోవిందతో నా స్నేహం బాగా పెరిగింది.

ఒకరోజు ఉదయం నేనొక్కడినే ఇంట్లో వున్నప్పుడు కమలమ్మగారి రెండో కూతురు రంగమ్మ మా ఇంట్లోకి వచ్చింది. నన్ను కలిసి "ఈ మధ్య గోవింద నీకు బాగా బాగా స్నేహితుడైనాడనుకుంటాను" అన్నది.

అవునన్నాను.

"గోవింద నీతో ఏం మాట్లాడతాడు?" అడిగింది రంగమ్మ.

"అంటే?" అర్థమవక అడిగాను.

"అంటే తన విషయాలు ఏమైనా చెబుతాడా?"

"ఇంతవరకు చెప్పలేదు. నేనూ అడగలేదు" చెప్పాను. "బాగా గుర్తుచేసుకో. ఎప్పుడైనా గోవింద

అమ్మా నాన్నల గురించి గానీ, భార్యాపిల్లల గురించి గానీ ఏమైనా చెప్పాడా?" రంగమ్మ నా మొహంలోకి చూస్తూ అడిగింది.

"చెప్పలేదు. గోవిందకు వాళ్ళందరూ వున్నారని కూడా నాకు తెలీదు"

"ఊరికే అడిగాను. గోవిందకు ఎవరూ లేరు. ఒంటరివాడు. నేను ఇలా అడిగినట్టు గోవిందకు చెప్పవద్దు" అని రంగమ్మ వెళ్ళిపోయింది.

అలా వెళుతున్న రంగమ్మను ఆపి "అవునూ. గోవిందు ఎప్పుడు వచ్చినా మీ ఇంటికే వస్తాడు ఎందుకూ?" అడిగాను.

"ఎందుకంటే మానాన్న బతికున్నరోజుల్లో గోవింద వాళ్ళ నాన్న, మా నాన్న స్నేహితులు. అందుకని" అని నవ్వింది రంగమ్మ.

రంగమ్మ గోవిందు గురించి ఇన్ని ప్రశ్నలు ఎందుకు అడిగిందో నాకు అర్థంకాలేదు.

తర్వాత గోవిందు కనపడినా రంగమ్మ గురించి ఏమీ చెప్పలేదు. చెప్పవద్దన్నప్పుడు నాకెందుకు?

ఏ రోజుకారోజు తెల్లవారకముందే కంజర శబ్దం వినపడుతుందేమోనని ఎదురు చూశాను. కానీ వినపడలేదు.

నెలరోజులైనా గోవిందరాలేదు.ఎందుకు రాలేదో అర్థంకాలేదు. పోనీ కమలమ్మ గారింటికి వెళ్ళి గోవింద గురించి ఆమెను అడుగుదామని అనిపించింది.

ఆనుకోకుండా ఒకరోజు రోడ్డుమీద రంగమ్మ కనపడింది. గోవింద గురించి అడిగాను.

"ఎందుకు రాలేదో తెలీదు. మేము కూడా ఎదురుచూస్తున్నాం.

ఇంతవరకు రాలేదు. ఇక వస్తాడనే ఆశ కూడా పోయింది" అన్నది.

"ఎందుకు రాడు?" అడిగాను.

జవాబు చెప్పకుండా రంగమ్మ వెళ్ళిపోయింది.గోవిందగురించి ఏంచెయ్యటానికి తోచలేదు. అతడి వివరాలు ఏమీతెలీదు.



ఛాలెంజింగ్ పాత్రలకు సిద్ధం

'లస్ట్ స్టోరీస్' అనుభూతుల్ని ముద్దుముద్దుగా ముచ్చటగా చెప్పుకుంటున్నది కైపెక్కించే కైరా అద్వాని. ఈ సినిమాలో కరణ్ జోహార్‌తో పని ఛాలెంజింగ్ పాత్రలు స్వీకరించడానికి చాలినంత విశ్వాసాన్ని నింపిందని ఇచ్చకాలు పోతున్నది. "నన్ను గైడ్ చేసిన, డైరెక్ట్ చేసిన తీరు ఓ నటిగా నా పునాదిని బలోపేతంచేసింది.

ఇప్పుడు ఎటువంటి ఛాలెంజింగ్ పాత్ర అయినా స్వీకరించడానికి నేను సిద్ధంగాఉన్నాను" అంటున్న కైరా అద్వానీకు క్లాసిక్ రొమాంటిక్ సినిమాలో నటించాలన్నది కలట.

మా అమ్మ ఒకరోజు సాయంత్రం నన్ను ఒకపని మీద కమలమ్మ గారింటికి పంపించింది. నేను వెళ్ళేసరికి ఇంట్లో కమలమ్మగారు ఒక్కతే ఉంది.

నా పని అయి తిరిగి వస్తున్నప్పుడు "నీతో కొంచెం మాట్లాడాలి" అన్నది కమలమ్మ గారు.

ఆగిపోయాను.

"గోవింద నీకు అంత స్నేహితుడు ఎలా అయినాడు?" అని అడిగిందామె.

నేనేమీ మాట్లాడకుండా ఉండిపోయాను. అప్పుడు ఆమె "ఆ గోవింద కుక్క అరుపులూ, కోతి అరుపులూ నీకు బాగా నచ్చి వుంటాయి. అంతే కదూ?" అన్నది.

అవునన్నట్టు తలూపాను.

ఇక వెళ్ళమంది. వచ్చేశాను. తల్లీకూతుళ్ళ మాటలనుబట్టి నాకో విషయం అర్థమయ్యింది.

గోవింద నేను స్నేహంగా ఉండటం కమలమ్మ గారికీ, ఆమె కూతురు రంగమ్మకీ ఎందుకో ఇష్టం లేదు. ఎందుకో మరి.

అయిదు రోజుల తర్వాత ఒకరోజు ఉదయం తెల్లవారకముందు కంజర శబ్దం వినపడలేదు రోజూలాగా. తెల్లారిన తర్వాత గోవింద కనపడలేదు.

ఆ తర్వాత రెండురోజులకు కూడా గోవింద కనపడలేదు. గోవింద ఊరికి వెళ్ళివుంటాడు.

కొన్ని రోజులు గడిచాయి.

అలాంటప్పుడు గోవింద గురించి ఎలా తెలుసుకోగలను? ఇలా గోవింద గురించి ఆలోచిస్తున్నప్పుడు మా ఊరికి దగ్గరగా వున్న ఒక ఊళ్ళోవున్న పెద్ద దేవాలయంలో ఏదో ఉత్సవం జరుగుతున్నదని మా అమ్మా నాన్నా వెళ్తూ నన్ను కూడా అక్కడకు తీసుకువెళ్ళారు.

విశాలమైన ఆవరణలో పెద్ద దేవాలయం.

చాలామంది వచ్చారు. నేను గుడి ఆవరణలో అంతా చూసుకుంటూ తిరుగుతున్నాను. హఠాత్తుగా గుడిముందు ఎవరితోనో మాట్లాడుతూ గోవింద కనిపించాడు. సంతోషంగా గబగబా గోవింద దగ్గరకు నడిచాను.

గోవింద నన్ను చూసి నవ్వుతూ "నువ్వెప్పుడొచ్చావ్?" అడిగాడు. చెప్పాను.

"రా... అలా కూర్చుని మాట్లాడుకుందాం" అని నన్ను కొంచెం దూరంలో ఖాళీగా వున్న చెక్క బెంచీ దగ్గరకు తీసుకువెళ్ళాడు.

ఇద్దరం చెక్కబల్లమీద కూర్చున్నాం.

"మా ఊరు రాలేదేం?" ముందుగా అడిగాను.

"కావాలనే రాలేదు. ఇక మీ ఊరు రాను గోవిందా" అన్నాడు ఎటోచూస్తూ. ఆశ్చర్యం కలిగింది.

"ఎందుకో చెప్పు గోవిందా" అన్నాను.

అప్పుడు గోవింద నోరు తెరిచాడు.

"నా గురించి నీకేమీ తెలీదు. నువ్వు చిన్నవాడివని నా గురించి నీకు ఏమీ చెప్పలేదు. నువ్వు చిన్నవాడివైనా చెబితే అర్థంచేసుకోగలవు.

నీకో విషయం తెలీదు. ఆ విషయాన్ని చెబితే ఆశ్చర్యపోతావు" అన్నాడు గోవింద.

"ఏ విషయం గోవిందా" అడిగాను.

"నేను ప్రతినెలా కమలమ్మ గారింటికే ఎందుకు వస్తున్నానో తెలుసా?" గోవింద అడిగాడు.

తెలీదన్నాను.

"ఎందుకంటే నేను కమలమ్మ గారి పెద్దల్లుడిని"



అవినీతిలో కూరుకుపోయిన పాకిస్తాన్‌ని ముస్లిమ్ సంక్షేమ రాజ్యంగా మారుస్తాను.

-ఇమ్రాన్‌ఖాన్, పాక్ ప్రధాని



కొత్త అవతారం

'కుమారి 21 ఎఫ్' సినిమాతో పాపులర్ అయిన హెబ్బాపటేల్‌కు తదుపరి చిత్రాలు మాత్రం అంతగా బ్రేక్ ఇవ్వలేదనే చెప్పుకోవాలి. పైగా ఏడాది కాలంగా విడుదలలు లేవు.ఐతే, బోల్డ్ చిత్రం '24 కిస్సెస్'తో హెబ్బాపటేల్ మరోమారు వార్తల్లోకి ఎక్కింది. సరికొత్త అవతారంతో కనపడనున్నది. టైటిల్‌కు తగ్గట్లే ముద్దులతో ఇటీవల ప్రమోషనల్ వీడియో విడుదలయింది.

ఈ సినిమాతో అయినా బ్రేక్‌కొట్టి, కెరీర్ పరుగు అందుకోవాలనుకుంటుందేమో పూర్తిగా దీనిపైనే ఫోకస్‌పెడుతూ, ఇంకో సినిమాకు సంతకాలు చెయ్యనేలేదట హెబ్బాపటేల్.

"నిజమా!" నమ్మలేకపోయాను.

"అవును. ఈవిషయం ఎవరికీ తెలీదు. కమలమ్మగారి పెద్ద కూతురు మంగతాయారుకు చిన్నతనంలోనే నాతో పెళ్ళి జరిగింది. తర్వాత కొన్నిరోజులకే ఆమె టి.బి.తో చనిపోయింది.

నేను మళ్ళీ పెళ్ళిచేసుకోలేదు. అప్పటినుంచీ నా భార్య జ్ఞాపకాలకోసం ప్రతినెలా కమలమ్మగారింటికి వస్తున్నాను. నాకు అదొక తృప్తి" అన్నాడు.

"మరి మా ఊరికి రానని చెప్పావెందుకు?" అని అడిగాను నేను.

"కమలమ్మగారు సామాన్యురాలు కాదు. ఇప్పుడు ఆమె రెండోకూతురు రంగమ్మ పెళ్ళికి ఎదిగి వచ్చింది. కట్నమిచ్చి రంగమ్మ పెళ్ళిచేసే శక్తి కమలమ్మగారికి లేదు.

అందుకని రంగమ్మను పెళ్ళి చేసుకొమ్మని నన్ను అడిగింది. నేను చేసుకోనని చెప్పాను. ఎందుకో తెలుసా?" అడిగాడు.

"తెలీదు"

"రంగమ్మ ఎస్సెల్సీదాకా చదివింది. పైగా అందంగా ఉంటుంది. వయసులో మాఇద్దరికీ వ్యత్యాసం ఉంది. రంగమ్మ నాకంటే చాలా చిన్నది. నేను చదువుకోలేదు.

జంతువుల అరుపులు అరుస్తూ పాటలు పాడుతూ యాచించటంతప్ప నాకు ఇంకో పని తెలీదు. నేను యాచకుడిని.

చదువుకున్న ఆడపిల్ల మనసులో కాబోయే భర్త గురించి ఎన్నో కోరికలు ఉంటాయి.

రంగమ్మను పెళ్ళిచేసుకుని ఆ అమ్మాయి మనసులో వున్న కోరికలను చిదిమివెయ్యడం నాకు ఇష్టం లేదు. ఒక ఆడపిల్ల బతుకును కాలరాయలేకపోయాను. అందుకే రంగమ్మను పెళ్ళి చేసుకోనని ఆమెకు చెప్పాను.

దాంతో ఆమెకు కోపంవచ్చి ఇంకెప్పుడూ వాళ్ళింటికి రావద్దనీ అసలు మీ ఊరికే రావద్దని తక్షణం అక్కడి నుంచి వెళ్ళిపొమ్మనీ శాసించింది.

వచ్చేశాను. ఇదీ జరిగింది. నా మనసు వికలమయ్యింది. అసలే ఒంటరివాడిని. మనసులో మాట చెప్పుకునేందుకు ఎవరూ లేరు.



ప్రధానమంత్రి అభ్యర్థి పేరు ముందుగా ప్రకటించటానికి నేను వ్యతిరేకం.
-శరద్‌పవార్, ఎన్.సి.పి.నేత

ఇప్పుడు దానికితోడు ఇంకో దిగులు" అన్నాడు గోవింద.

"ఏమిటి గోవిందా?"

"నాకో అన్నయ్య వున్నాడు. వాడికి ఆరోగ్యం సరి లేదు. ఈ పక్కనవున్న పట్నం ఆసుపత్రిలో వున్నాడు. వాడికి పిల్లలు లేరు. మా వదిన ఎప్పుడో చనిపోయింది.

మా వదిన చిన్నచెల్లెలు ప్రమీల మా అన్నయ్య దగ్గర హాస్పిటల్లో ఉంది. ఆ ప్రమీల పెళ్ళయిన కొన్నిరోజులకే ఆమె భర్త ఎందుకో ఆమెను వదిలేశాడు.

అప్పటినుంచీ ప్రమీల మా అన్నయ్య వాళ్ళింట్లోనే ఉంటుంది. మా ఊళ్ళో మా అన్నయ్యకు ఐదెకరాల పొలం వుంది. వెళ్ళి మా అన్నయ్యను చూసి రావాలి" అన్నాడు గోవింద.

గోవిందను చూస్తే జాలి కలిగింది. అన్నీ సమస్యలే, మనశ్శాంతి లేదు. ఆరోజునే వాళ్ళ అన్నయ్యను చూడటానికి గోవింద పట్నం వెళ్ళాడు.

గోవిందకోసం ఎదురుచూస్తూవున్నాను. మర్నాడు సాయంత్రం గోవిందచెప్పిన అతని ఇంటిగుర్తులను గుర్తుచేసుకుని గోవింద ఇంటికి వెళ్ళాను.

గోవింద ఆ ఊళ్ళోనే ఉంటాడట. అంతకుముందే వచ్చాడట. గోవింద ఇంట్లోనే వున్నాడు. గోవింద అన్నయ్యకు జబ్బు కొంచెం తగ్గిందట.

అక్కడే ఒక వృద్ధాశ్రమంలో చేర్పించినట్టుచెప్పాడు. గోవింద అన్నయ్యకు ఆ ఊళ్ళోవున్న అయిదెకరాల పొలాన్ని గోవిందకు ఇచ్చేశాడు. ఇంకో బాధ్యత కూడా గోవిందను చుట్టుకుంది.

అదేమిటంటే గోవింద అన్నయ్య మరదలు ప్రమీలను గోవింద పెళ్ళిచేసుకోవాలట. గోవింద ఒప్పుకున్నాడు. ఎప్పుడనుకుంటే అప్పుడు గుళ్ళో పెళ్ళి.

"ప్రమీలను చేసుకోవటానికి ఒప్పుకున్నాను గోవింద. ఎందుకంటే నాకూ వయసు పెరుగుతోంది. మనసులో మాట చెప్పుకోవటానికి నాకు కూడాతోడు కావాలి. ప్రమీల కూడా ఒంటరిది.

ఆమెకీ ఈ వయసులో ఒక తోడు కావాలి. ఒకరికొకరం తోడు. ఇప్పుడు నా మనసు కుదుటపడింది. నాకంటూ ఒక సంసారం ఏర్పడుతోంది" అన్నాడు గోవింద తేలికపడిన హృదయంతో.

"గోవిందా, నా మనసులో మాట చెబుతాను... వింటావా" అన్నాను.

"ఏమిటో చెప్పు" అన్నాడు నవ్వి.

"నువ్వు ఒక పనిచెయ్యాలి. ఆ ఊళ్ళోవున్న పొలాన్ని అమ్మి మా ఊళ్ళో కొని వ్యవసాయం చెయ్యి. నీ భార్య ప్రమీలతో మా ఊరికి వచ్చెయ్యి. మా ఊళ్ళో నువ్వు ప్రమీలతో కాపురంపెట్టు. ఇది నా కోరిక. నువ్వు మా ఊళ్ళోవుంటే నాకు సంతోషంగా ఉంటుంది. నా మాట విని మా ఊరికి రా గోవిందా" అన్నాను.

గోవింద నా మొహంలోకి చూస్తూ "వస్తాను గోవిందా. నీకోసం తప్పకుండా వస్తాను. నీకోసమేకాదు, మా అత్త కమలమ్మగారి కోసమైనా వస్తాను.

ఆమె నన్ను మీ ఊళ్ళో అడుగుపెట్టవద్దని శాసించింది. ఆమె శాసనాన్ని ధిక్కరించడంకోసమైనా నేను నా భార్య ప్రమీలతో మీ ఊరికి వస్తాను" అన్నాడు.

సంతోషంతో గోవిందకు థ్యాంక్స్ చెప్పాను.

అంతా రాజకీయమే

కుమార కుర్చీకి ఎసరు

కర్ణాటకలో కుమారస్వామి నేతృత్వంలో జె.డి.ఎస్., కాంగ్రెస్ సంకీర్ణం ఏర్పడి ఇంకా పూర్తిగా కుదురుకోలేదు. అప్పుడే అతని కుర్చీకి ఎసరు పెట్టే యత్నం మొదలైంది.

జె.డి.ఎస్‌లో రాజకీయంగా పుట్టి,ఎదిగి కాంగ్రెస్‌లోకి ఫిరాయించి, ముఖ్యమంత్రి అయిన సిద్ధరామయ్య ఎన్నికల్లో తన పార్టీ ఓడిపోయి మాజీ సి.ఎమ్‌గా మారటం జీర్ణించుకోలేకపోతున్నాడు.

అందుకే హఠాత్తుగా మీడియా ముందుకు వచ్చి నాకు మళ్ళీ సి.ఎమ్. కావాలని వుంది అనే ప్రకటన చేశాడు. ఇది అసంబద్ధ ప్రకటన అని కాంగ్రెస్‌పార్టీ ఖండించలేదు. దానితో సిద్ధరామయ్య రెచ్చిపోయి నేను సి.ఎమ్. కావాలని ఆశపడటంలో తప్పేముందన్న ఎదురుప్రశ్న వేశాడు.

కుమారస్వామికి సి.ఎమ్. అప్పగించి, ఈశ్వరప్ప అనే ఆయన్ని డిప్యూటీ సి.ఎమ్. చెయ్యటం కాంగ్రెస్‌పార్టీలోని కొందరు నేతలకు నచ్చలేదు. దీంతో అసమ్మతి రాజుకుంటున్నది. అటువంటి వారికి నాయకుడిగా సిద్ధరామయ్య ముందస్తు ప్రకటనచేశాడన్నది పలువురి సందేహం. ◆

ముందస్తుకు బ్రేక్

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కె.సి.ఆర్. ముందస్తు ఎన్నికలకు మహాఉత్సాహపడుతున్నారు. అసెంబ్లీ రద్దుకు ముహూర్తం తేదీకూడా ఖరారు అయిందని మీడియాలో కథనాలు వచ్చాయి.

అయితే ఎనిమిది నెలల ముందుగా ముందస్తుకు వెళ్ళాల్సిన అవసరం ఏమిటి!

అంతకాలం ఆపద్ధర్మ ముఖ్యమంత్రిగా కొనసాగటంవల్ల సాధించేదేమిటి?

తాను ప్రతిపాదించినా, ఎలక్షన్ కమిషన్ ముందస్తుకు పచ్చజెండా ఊపకపోతే, ఆపద్ధర్మ సి.ఎమ్. పదవీపోయి రాష్ట్రపతి పాలన వచ్చిపడితే మొదటికే మోసం వస్తుంది కదా!

ఈ ఆలోచనలతో కె.సి.ఆర్. ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ సహాయం అర్థిస్తున్నాడు.

తన ఆలోచనలు అమలయ్యేలా కేంద్రం సహకరించమన్నది కె.సి.ఆర్. విన్నపం.

అయితే ఓటర్ల జాబితా సవరణ, పోలవరం ముంపు మండలాలు ఎ.పిలో కలపటంవల్ల వచ్చిన నియోజకవర్గాల ప్రాతినిధ్యం సమస్య వంటివి ఎన్నికల సంఘం సూచిస్తున్నది. ◆

చీలిక తప్పదేమో...

తమిళనాడులో దాదాపు ఎనభై ఏళ్ళక్రితం మొదలైన ద్రవిడ ఉద్యమం, రాజకీయ ఉద్యమం అయిన తర్వాత చీలికలు, పీలికలుగా మారింది. ద్రవిడ కజగంగా పుట్టిన తర్వాత ఇప్పటికి ఎన్ని రకాల 'కజగం'లు,'మున్నక్'లు పుట్టాయో లెక్క లేదు. ప్రతి రెండు మూడేళ్ళకు ఒక చీలిక చాలా సహజం అనేలా తయారైంది.

ఇప్పుడు తాజాగా డి.ఎమ్.కె. మరోసారి చీలబోతున్నది. ఆ చీలికకు రంగం దాదాపుగా సిద్ధమైంది. ఇంతకాలం ఆ పార్టీని కలిపివుంచిన కరుణానిధి కన్ను మూసిన తర్వాత ఆయన కొడుకులిద్దరూ శత్రువులుగా మారారు.

పెద్ద కొడుకు అళగిరి మధురై కేంద్రంగా పాచికలు కదుపుతున్నాడు. చెన్నైలో స్టాలిన్ పార్టీ అధ్యక్షుడై ముందుగా పార్టీని సొంతంచేసుకునే హడావుడిలో వున్నాడు.

ఒకసారి పార్టీని చేజిక్కించుకుంటే ఇక తనదే పెత్తనం అవుతుందని స్టాలిన్ అనుకుంటుంటే, చూస్తా వాడు పార్టీని ఎలా సొంతం చేసుకుంటాడో అని అళగిరి రంకెలు వేస్తున్నాడు. ◆

సొంతవారిని బలికిస్తున్నాడు

కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు, నేతలు తమ నాయకుడు తమను గడగడలాడించేలా మాట్లాడుతున్నాడని భయపడుతున్నారు.

రాహుల్‌గాంధీ నోరువిప్పితే ఆయన ప్రకటనలు తిరిగి వచ్చి తమ పార్టీనే కొరడా దెబ్బలు కొడుతున్నాయని బాధపడుతున్నారు.

1984లో ఇందిరాగాంధీ హత్య తర్వాత సిక్కులను ఊచకోత కోశారు ఢిల్లీలో.అదంతా కాంగ్రెస్ పార్టీనేతలు చేయించిందే. కేసులు నడుస్తున్నాయి. అయితే విదేశీగడ్డమీద రాహుల్‌గాంధీ సిక్కు మారణకాండకు, కాంగ్రెస్‌కి సంబంధం లేదంటూ సిక్కుల గాయాలమీద కారం చల్లాడు.

అలాగే డోక్లాం విషయంలో కూడా ప్రధాని నరేంద్రమోడీ చేతకానితనం బయటపడిందని, చైనా వాళ్ళు ఇంకా డోక్లాంలోనే వున్నారంటూ పెద్ద ప్రసంగమే చేశాడు.

సరే డోక్లాంపై మీ దగ్గరున్న భిన్నమైన విధానం ఏమిటని ఇంగ్లండ్ వేదికమీద ఎవరో అడిగితే నా దగ్గర డోక్లాం గురించి సరైన సమాచారం లేదు... అందుకే నేనేమీ చెప్పలేను అంటూ రాహుల్‌గాంధీ చెప్పిన సమాధానానికి కాంగ్రెస్‌పార్టీవారి గుండెల్లో రైళ్ళు పరిగెత్తాయి. ◆

వాజ్‌పేయి ఇమేజ్

ఒక బ్రాండ్‌కి మంచి ప్రచారం వస్తే దానిని విస్తృతంగా వాడుకుని, మార్కెట్ చేసుకోవటం వ్యాపారస్తులు చేసే పని. ఇప్పుడు ఎన్నికల వ్యాపారంలో వాజ్‌పేయికి వున్న బ్రాండ్ ఇమేజ్‌ని బి.జె.పి కూడా భారీగానే వాడబోతున్నది.

వాజ్‌పేయి బ్రహ్మచారిగా మరణించాడు. దత్త కూతురు చితికి నిప్పంటించింది. అది ఒక గొప్ప సామాజిక విప్లవ సంకేతం. కూతురు చేత అంత్యక్రియల నిర్వహణ ప్రోత్సహించవలసిందే.

ఇక అక్కడినుండి వాజ్‌పేయి అంశం బి.జె.పి. పార్టీ చేతిలోకి తీసుకుంది. వాజ్‌పేయి అస్తికలను దేశంలోని అన్ని ముఖ్య నదులలో కలిపేందుకు పంపించింది. దాదాపుగా అన్ని రాష్ట్రాలలో బి.జె.పి. కార్యకర్తలు చురుకుగా కదిలేలా చేసింది పార్టీ.

ఇక ఇప్పుడు వాజ్‌పేయి గతంలో సాధించిన విజయాలు బి.జె.పి అస్త్రాలుగా మార్చుకుంటున్నది. వాజ్‌పేయివంటి నేత మరొకరు లేరని, ఆయనకు నివాళిగా బి.జె.పిని గెలిపించాలనే తీరులో ప్రచారం చెయ్యబోతున్నది. అయితే ఈ విషయం అభ్యంతర పెట్టే స్థితిలో కాంగ్రెస్ లేదు. ◆

పోటాపోటీ యాత్రలు

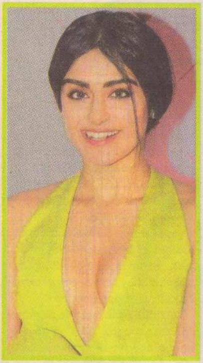
త్వరలో ఎన్నికలకు వెళ్ళబోతున్న రాజస్థాన్‌లో అధికార బి.జె.పి., ప్రతిపక్ష కాంగ్రెస్ నిర్వహించే పోటాపోటీ యాత్రలు పోలీసులకు సవాలుగా, తలనొప్పిగా మారుతున్నాయి.

కాబట్టి భద్రత విషయం పోలీసుల బాధ్యత. ఇటీవల కాంగ్రెస్ బలంగా వుండే జిల్లాలలో ముఖ్యమంత్రి నిర్వహించిన యాత్రపై రాళ్ళు విసిరారు. తమ యాత్రలకు వస్తున్న స్పందన సహించలేక కాంగ్రెస్ నేతలు హింసకు పాల్పడుతున్నారని బి.జె.పి. విమర్శలు, ప్రచారం మొదలుపెట్టింది.

పడిపోతున్న గ్రాఫ్‌నుండి బయటపడేందుకు ముఖ్యమంత్రి వసుంధర రాజేనే తన పార్టీవారిచేత తనమీద రాళ్ళు వేయించుకుని 'సింపతీ పొందాలనుకుంటున్నదని కాంగ్రెస్‌వారి ప్రత్యారోపణ.

తాము అధికారంలోకి రావటం ఖాయం కాబట్టి పోలీసులు జాగ్రత్తగా వ్యవహరించండి అంటూ కాంగ్రెస్ నాయకులు చేస్తున్న హెచ్చరికలు రాజస్థాన్ పోలీసులను ఒత్తిడికి గురిచేస్తున్నాయి.

నేను రెండూ చెయ్యగలను







హిందీ, తెలుగు,తమిళభాషల్లో అప్పుడప్పుడు మెరిసే బొమ్మ అదాశర్మ. తెలుగులో 'హార్ట్ ఎటాక్'లో తన హాటెస్ట్ అందాలతో అభిమానులకు హార్ట్‌బీట్ పెంచేసింది.

చక్కని శిక్షణగల డ్యాన్సర్. హిందీలో 'హసీతో ఫసీ' తర్వాత రెండేళ్ళకు మళ్ళీ 'కమాండో 2'లో కనిపించింది. ప్రస్తుతం తమిళ, తెలుగు సినిమాలు చేస్తోంది. కెరీర్‌లో దూసుకుపోలేకపోయినా చేసిన ప్రతి చిత్రమూ తనకో టర్నింగ్‌పాయింట్‌గా నమ్ముతుంది అదా. ఆమెతో ఇంటర్వ్యూ.

హిందీలో గ్యాప్ ఎక్కువ తీసుకున్నారేం?

నేను 'హసీతో ఫసీ' షూటింగ్ పూర్తి చేస్తూనే, హైదరాబాద్ చేరిపోయా. అక్కడ రెండేళ్ళలో ఐదు తెలుగు సినిమాలు చేశాను. కన్నడ పరిశ్రమలోనూ కాలుపెట్టాను. దక్షిణాది చిత్రాలు చేస్తూ, బాలీవుడ్‌కు విరామం తీసుకున్నాను.

నటి కావాలన్నది మీ కలా? లేక హాబీనా?

నటించాలన్న నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు నేను కోరిన రంగం ఇదేనని అర్థంచేసుకున్నాను. హాబీ అంటే కూడా అవుననే చెప్పాలి.

కాని, నేను నటనను ఎంజాయ్ చేస్తాను. నేను నిజంగా కావాలనుకున్నది ఇదే.

మీ దృష్టిలో గ్లామర్ అంటే?

ఏ పాత్ర అయినా సంశయం లేకుండా చేయగలగడం.అగ్లీగా కనపడాలంటే అలాగేవుండాలి. గ్లామరస్ అంటే అంతే వుండాలి.ఎటువంటి అభద్రతా లేకుండా ఏ రూపంలోనైనా కనపడగలగాలి. అదే సమయంలో

రెడ్‌కార్పెట్‌పై హాటెస్ట్ గౌన్‌లు, హైహీల్స్ ధరించి కనపడాలి. నేను రెండూ చెయ్యగలను.

కథక్‌లో గ్రాడ్యుయేట్ అయిన మీకు ఏదైనా అకాడమీ ఆరంభించే ప్రణాళికలున్నాయా?

లేదు. నాకు డ్యాన్స్ అంటే అమిత ఇష్టం ఉన్నప్పటికీ, అకాడమీ ఆరంభించి మెయిన్‌టెయిన్ చేయాలంటే మేనేజ్‌మెంట్ నైపుణ్యాలు చాలా వుండాలి. అవి నాకు ఉన్నాయని అనుకోను.



డ్యాన్స్‌విషయంలో మీకు ఐడియల్ ఎవరు?

ఒక్కోదాన్నిబట్టి వుంటుంది. బెల్లీ డ్యాన్స్ విషయానికి వస్తే షకీరా, భరతనాట్యంలో శోభన, సినిమాల్లో ఐశ్వర్యారాయ్, స్టేజీపైన బేయాన్స్. ఇలా నాకెందరో స్ఫూర్తిదాయకమైనవారున్నారు.

ఓ నటిగా ఛాలెంజింగ్ విషయాలు ఏమిటి?

మనకుగా మనం ఉండగలగడం ఈ సినీ ప్రపంచంలో అత్యంత ఛాలెంజింగ్ విషయం. ప్రతిసారీ మనను మార్చడానికి ఏవో ఒక ప్రయత్నాలు సాగుతూనే ఉంటాయి. మనం నిలవగలగడం కష్టం.

మీ కెరీర్‌లో టర్నింగ్‌పాయింట్ ఏమిటంటారు?

ప్రతిరోజు, ప్రతి చిత్రం నా జీవితంలో, నా కెరీర్‌లో టర్నింగ్ పాయింట్లే. 2008లో '1920'తో నా కెరీర్





ఆరంభించాను. నా తొలి తెలుగుసినిమా 'హార్ట్‌ఎటాక్' కూడా నా ప్రయాణంలో పెద్దపాత్ర పోషించింది. కాబట్టి, నా కెరీర్‌లో ఈ రెండు సినిమాలనూ టర్నింగ్ పాయింట్‌గా చెప్పుకోవాలి.

మీరు హీరోయిన్ రేసులో వెనుకబడ్డారని ఫీలవుతుంటారా?

ఈ ప్రశ్నను నన్ను చాలామంది అడుగుతుంటారు. కాని, నేను చిత్రపరిశ్రమలోకి వచ్చినతర్వాత ఏ రోజూ కూడా ఖాళీగాలేను. చేసిన సినిమాల సంఖ్య తక్కువ కావచ్చునేమో కాని, వరసగా సినిమాలు చేస్తూనే వున్నా.

దక్షిణాదిలో కొన్ని,ఉత్తరాదిలో కొన్ని చేస్తుండడంవల్ల అలా గ్యాప్ వచ్చినట్లో, తక్కువచేస్తున్నట్లో అనిపిస్తుందేమో. ఈ ఎక్కువ, తక్కువల మాటలు నేను అసలు పట్టించుకోను.

ఎలాంటి పాత్రలను ఇష్టపడతారు?

ఫలానా పాత్రలే చేయాలన్న నియమ నిబంధనలేవీ లేవు. మంచివి, నాకు నచ్చిన పాత్రలు ఏవైనా చేయడానికి నేను రెడీనే.

సినిమా షూటింగ్‌లో కష్టపడ్డ సందర్భాలు ఏవైనా ఉన్నాయా?

కష్టం అనేది ప్రతి సినిమాలోనూ వుంటుంది. కాకపోతే, 'గరం' సినిమా షూటింగ్‌లో కొంచెం ఇబ్బందిగా ఫీలయ్యాను.

వేసవికాలంలో బురఖా వేసుకుని పనిచేయాలంటే కష్టంగా అనిపించింది. పాత్రపై ఇష్టంతో కష్టాన్ని మర్చిపోయాను.

మీరు మరువలేని ప్రశంసలున్నాయా?

నన్ను తెలుగుతెరకు పరిచయం చేసిన దర్శకుడు పూరి జగన్నాథ్ సర్ ఫోన్‌చేసి మెచ్చుకోవడాన్ని నేను మరువలేను.

'క్షణం' సినిమాలో నేను నటించలేదు, జీవించానంటూ మెచ్చుకున్నారు. ఆయన నాకు గాడ్‌ఫాదర్‌లాంటి వ్యక్తి. అటువంటి అంత పెద్ద దర్శకుడు నాకు ఫోన్‌చేసి చెప్పడం చాలా సంతోషంగా అనిపించింది.

ఖాళీ దొరికితే ఏం చేస్తారు?

పాటలు పాడుకుంటుంటా. పెయింటింగ్స్ వేస్తుంటాను. వాటిని నా ఫ్రెండ్స్‌కు గిఫ్టులుగా ఇస్తుంటాను. డ్యాన్స్ ప్రాక్టీస్ చేస్తా.

ఇంకా ఖాళీ దొరికితే సరదాగా షాపింగ్ చేస్తుంటా అంటూ ముగించింది అదాశర్మ.

అయినపూరి సుజాత



Courtesy : STAYFIT

నిదురించవోయి

మెలుకువగా ఉంటే ఏదో ఒకటి సాధించవచ్చు. నిద్రపోతే ఏమొస్తుంది? అని అనుకోవటం ఎంతవరకు సరయినది? నిద్రకు దూరమయితే మూల్యం చెల్లించక తప్పదు, నిద్ర కూడా ఎంతో విలువైనదే.

ప్రత్యేకించి, అధిక బరువును తగ్గించుకోవటానికి ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తున్నప్పుడు నిద్ర మనకు ఎంతో అక్కరకు వస్తుంది.

అనేకానేక పరిశోధనల్లో నిద్రలేమివలన లేదా అతి తక్కువగా నిద్రపోవటంవలన తీవ్రమయిన ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని పరిశోధనల్లో తేలింది. వాటిలో ఊబకాయం, మధుమేహం గుండెజబ్బులు, ముఖ్యంగా చెప్పుకోవచ్చును.

మనిషికి, తన పనులు చేసుకునేందుకు సమయము సరిపోవట్లేదు అని అనిపిస్తే, మొదటగా చేసే పని నిద్రను తగ్గించుకోవటమే.

కొంతమంది నిద్రను ఒక విలాసంలా భావిస్తారు. అంతేకాక, నిద్రపోయిన గంటలు వృథా అయినాయని కూడా అనుకుంటారు. చాలామంది దీర్ఘకాలం నిద్ర తక్కువవటంవలన వచ్చే ఇబ్బందులపై, ఆరోగ్య సమస్యలపై, తగ్గే తమ పనితనంపై దృష్టిపెట్టరు.

నిద్ర తగ్గటంవల్ల

ఊబకాయం : ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిగిన అనేక పరిశోధనలు, నిద్ర తక్కువవటంవల్ల శరీరం బరువు పెరుగుతోందని నిర్ధారించాయి.

ఆరుగంటల సమయంకంటే తక్కువ నిద్రపోయే వ్యక్తులలో శరీరం బరువు పెరుగుతోంది.

నిత్యం ఎనిమిదిగంటలు నిద్రపోయేవారిలో బరువుకి ఏ సంబంధం వుండటంలేదు.

మధుమేహం : ప్రతిరోజూ అయిదుగంటలకంటే తక్కువ సమయం నిద్రించేవారికి టైపు-2 మధుమేహం వచ్చే అవకాశాలు చాలా ఎక్కువ.

నెమ్మదిగా అయిదుగంటలకంటే నిద్రను పెంచుకుంటూ వెళితే రక్తంలో చక్కెర శాతం అదుపులోకి వస్తుంది. అలాగే టైపు-2 మధుమేహంవలన వచ్చే ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా తగ్గుతున్నాయని పరిశోధకులు కనుగొన్నారు.

గుండెజబ్బులు, అధిక రక్తపోటు : శ్వాస తీసుకోవటంలో కలిగే ఇబ్బందులవల్ల ప్రశాంతమయిన నిద్రకు దూరమవడం, దానివల్ల గుండెకు వెళ్ళే రక్తనాళాల్లో ఇబ్బందులు ఏర్పడటం, అధిక రక్తపోటు, గుండెకొట్టుకోవడంలో లయతప్పటంలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతున్నాయి.

రోగనిరోధకవ్యవస్థ : ఈ వ్యవస్థకి, నిద్రకి చాలా గట్టి సంబంధం వున్నది. అవసరం వున్నన్ని గంటలు మనం ప్రశాంతంగా నిద్రపోతేనే రోగనిరోధకవ్యవస్థ పనితీరు ఎంతో బాగుంటుంది.

నిద్ర తక్కువయితే రకరకాల ఇన్‌ఫ్లమేషన్స్, ఇన్‌ఫెక్షన్లు తరచుగా మనల్ని బాధిస్తుంటాయి. వాటివల్ల నిద్రలో కొన్ని ఇబ్బందులు వస్తాయి.

నిద్ర తక్కువవటంచేత వచ్చే ఆరోగ్య సమస్యల వల్ల డబ్బులు ఖర్చు అవుతాయి. వ్యక్తిలో పనిచేసే శక్తి ఆటోమేటిక్‌గా తగ్గిపోతుంది.

అంతిమముగా, తక్కువ నిద్రవలన శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోయి ఆయుష్షు, రోజువారీ ఆరోగ్యం తీవ్రంగా ప్రభావితం అవుతాయి.

నిద్రలేమివల్లే శరీరంలో అతిగా కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. రక్తంలో చక్కెరస్థాయిలు అనుకోకుండా పెరుగుతాయి. ఉబ్బసం బాధిస్తుంది.

కీళ్ళవాతం, కీళ్ళనొప్పులు, ఎముకలు అరిగిపోవటంలాంటి సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి.

దుష్పరిణామాలు

* పనితనం దానంతట అదే తగ్గుతుంది. నిర్ణయాలు సరిగా తీసుకోలేకపోతారు.
* జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుతుంది. మెదడు పనితీరులో తేడాలు వస్తాయి.
* పనులు చేయటంలో నైపుణ్యం తగ్గిపోతుంది.
* కంటిచూపు మందగిస్తుంది.
* భావావేశాలు గజిబిజిగా వుంటాయి. క్షణక్షణానికీ తీరులో మార్పువస్తుంది.
* గాయాలు అవటానికి లేదా, ప్రమాదాలబారిన పడటానికి అవకాశాలు ఎక్కువవుతాయి.

ఆరోగ్యం, ఆనందం

మంచి నిద్రపోయినంతమాత్రాన మనిషి అన్నివిధాలా ఆరోగ్యంగా ఉన్నాడని చెప్పలేం. కానీ, ఎన్నో రకాల శారీరక క్రియలు, సరయిన నిద్రవల్ల రోజువారీ పనులన్నీ చక్కగా జరుగుతాయి.

నిత్యజీవితంలో మానవ శరీరంలోని జీవకణాలు, కణజలాలు ఎన్నో రకాల ఒత్తిడులకు లోనవుతుంటాయి. అంతేకాక కొన్నిసార్లు దెబ్బతింటాయి.

నిద్రపోయినప్పుడే, మానవ శరీరయంత్రం వాటిని తిరిగి సరిచేసే పని చేపడుతుంది.

అంతేకాక, కండరాల పెరుగుదల, మాంసకృత్తుల సంతులీకరణంలాంటివి అన్నీకూడా నిద్రలోనే జరుగుతాయి. అంతేకాదు, శరీరంలోని కొవ్వు కరగటానికి ఈ ప్రక్రియలు ఎంతో అవసరం.

ప్రయోజనాలు

* మంచి ఆరోగ్యం, శరీరానికి తగిన బరువు.
* ఆటపాటల్లో, క్రీడల్లో, వ్యాయామ సమయాల్లో, ఉత్సాహంగా, క్రియాశీలకంగా వుంటారు. కండరాలనుంచి మరింత సహకారం అందుతుంది. పనిలో ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది.
* శరీరానికి కావాల్సినంత విశ్రాంతి లభిస్తుంది. అలాగే ఒత్తిడీ తగ్గుతుంది. మూడ్ ఎంతో బావుంటుంది. శరీరంలో శక్తి చక్కగా వుండి ప్రతిరోజూ ఆనందంగా గడుస్తుంది.

క్రమంతప్పకుండా నిర్ణీత సమయానికి ఏ విధమయిన ఆటంకాలూ లేకుండా నిద్రించాలి. అలా కనీసం ఎనిమిదిగంటలపాటు నిద్రపోగలిగితే దానిని 'సుఖనిద్ర' అంటారు.

రోజువారీ వ్యవహారాలు అడ్డంకులుగా మారకుండా నిద్రపోగలిగితే అది సుఖనిద్రవుతుంది. అలా హాయిగా నిద్రపోతే, మరుసటి ఉదయం నూతనోత్సాహంతో కొత్త శక్తితో రోజును మొదలుపెడతారు.

సుఖనిద్రకు చిట్కాలు

* పరగడుపున పనికి వెళ్ళకండి. ఒకవేళ బ్రేక్‌ఫాస్ట్ తినకపోతే, ఆ శక్తి పూర్తిగా ఖర్చయిపోయి పనికి వెళ్ళేసరికి శరీరం నీరసపడిపోతుంది.
  అంతేకాక, శరీరం ఇలా నీరసపడటంవలన ఆ ప్రభావం రాత్రి నిద్రపై పడుతుంది. అందుచేత, ఉద్యోగానికి వెళ్ళటానికి కనీసం ముప్పైనిమిషాలుముందు బ్రేక్‌ఫాస్ట్ తీసుకోవాలి.
* ఆల్కలైన్ నీరు తాగండి.తాగే నీటిలో ఒక చెక్క నిమ్మరసం, చిటికెడు సముద్రపు ఉప్పు, నీటిలో వేసుకుని తాగితే శరీరంలోని జీవక్రియలు సరైన వేగంతో సాగుతాయి.
  నిమ్మ, ఉప్పు కలిపిన నీటిని తాగటంవల్ల శరీరంలో, ఆల్కలైన్ పిహెచ్ 7.35 కు చేరుతుంది. ఆ స్థాయిలలో శరీర క్రియలు అన్నీ సరయిన వేగంతో జరిగి చక్కగా సాగుతాయి.
* కెఫిన్ వినియోగం తగ్గించండి. నిద్రపోవటానికి కొన్ని గంటలముందు కెఫిన్ వుండే పదార్థాలు, కాఫీ, టీ, చాక్లెట్‌లులాంటివి తినటం, తాగటం మానేస్తే హాయిగా నిద్రపడుతుందనుకుంటారు. ఇది కొంతవరకు నిజమే.
  కానీ, చాలామందికి తెలియని విషయమేంటంటే కెఫిన్ ఒకసారి మన శరీరంలో చేరినతరువాత దాని ప్రభావం పదిగంటలవరకు ఉంటుంది. సాయంత్రం ఐదుగంటలకు కాఫీ తాగితే, రాత్రి పదిగంటలకు నిద్రకు ఉపక్రమిస్తే అప్పటికీ, కెఫిన్ ప్రభావం సగంమాత్రమే అయిపోతుంది. మిగిలిన సగం, మన శరీరంలో కొనసాగుతూనే వుంటుంది. దానివల్ల నిద్రసరిగా పట్టదు. అందుచేత ఎంత తగ్గించుకుంటే అంత మేలు.
* స్మార్ట్ ఫోన్‌ని పని లేకుండా వాడకండి. నేటి కాలంలో దానికి మన మెదడెంతగా అలవాటు పడిందంటే మెసేజ్ శబ్దం వినంగానే మెదడు, స్మార్ట్‌ఫోన్‌వంక చూడ్డానికి రెడీ ఐపోతుంది.
  ఆ మెసేజ్‌లలో చూపించిన లింకులను మన వేళ్ళు నొక్కుతూ అవసరం లేని విషయాలను, కళ్ళు చూసుకుంటూపోతాయి. దానివల్ల మెదడు అలసిపోతుంది. ఉపయోగపడే విషయజ్ఞానం లభించదు. అందుచేత నిద్రపోవటానికి కనీసం గంటముందే అన్నిరకాల ఎలక్ట్రానిక్ ఉపకరణాల ఉపయోగాన్ని కట్టిపెట్టాలి.
* వారంలో నాలుగు రోజులు, కొంచెం ముందుగా నిద్రపోండి. మన శరీరం సాధారణంగా అన్నిరకాలుగా, శరీర శుద్ధిని, దెబ్బతిన్న కణజాలాలను సరిచేయటానికి అర్ధరాత్రికి ముందు సమయం చాలా ఎక్కువ అనుకూలం.
  వారంలో కనీసం నాలుగురోజులైనా ఆలస్యంగా కాక అర్ధరాత్రికి కంటే ఎన్ని గంటల ముందు నిద్రించటానికి అవకాశం వుంటుందో అప్పుడే నిద్రించాలి.

పాలపర్తి శ్రీకాంత్


Courtesy : AROGYA SANJEEVNI



నాని నిత్య

-సాయిరాం ఆకుండి-

ఒక ఇంగ్లీష్ పద్యం పదాలని బ్లాక్‌బోర్డ్‌మీద రాస్తుంది రవళి. నానీచేత వాటిని బట్టీపట్టించే పనికోసం మంజుల మరో బుక్ తెరిచింది.

భుజాన ఒక బ్యాగ్‌తో నిత్య తన రూమ్ దగ్గర్నుంచి రావడాన్ని గమనించిన మంజుల ఒక ఇంగ్లీష్ వాక్యాన్ని చదువుతోంది గట్టిగా. ఆ పదాలను పలకడానికి నాని సతమతమవుతుంటే అక్కడికి చేరుకుంది నిత్య.

ఒక నిమిషంసేపు జరుగుతున్న తతంగాన్ని గమనించింది నిత్య.

పంచవటి జనాల్లో కొంతమంది అటూ ఇటూ నడుస్తూనే ఓ కన్ను, ఓ చెవీ ఇటు పడేస్తున్నారు. నిత్య ముందుకొచ్చి మంజులని వారించింది.

ఆమెవైపు తిరిగి ఎందుకు అన్నట్లు చూశారు రవళి, మంజుల.

"ముందు మీరు తెచ్చిన బుక్స్ అన్నింటినీ ఇక్కడ్నుంచి తీసేయండి... ఇవికావు ఇప్పుడు కావలసినవి"

హర్ట్ అయినట్లు మొహంపెట్టింది రవళి. "అదేం...? ఆల్రెడీ నానీచేత ఈ కంటెంట్ చదివించగల్గుతున్నాం కదా?" అంది.

నిత్య తల అడ్డంగా ఊపింది "నాని శారీరకంగా ఏజ్ ఉన్నవాడైనా అతని మానసిక పరిపక్వత ప్రకారం ఇప్పుడు అయిదారేళ్ళ వయసు వున్న పిల్లాడితో సమానం... సో మనం చదువు అక్కడ మొదలుపెట్టాలి. అంచేత ఈ పుస్తకాలని తీసేయండి..."

నిత్య సూటిగా చూస్తూ నిలబడ్డంతో వాళ్ళిద్దరికీ తప్పలేదు. పుస్తకాలను టేబుల్‌మీదనుంచి తీసేశారు.

తన భుజాన ఉన్న బ్యాగు తెరిచి అందులో ఉన్న పుస్తకాలను తీసింది నిత్య. తెలుగు, ఇంగ్లీష్ భాషల్లోని ఫస్ట్ స్టాండర్డ్ పుస్తకాలతోపాటు మరో పెద్ద పుస్తకం తీసి చూపించింది-

"ఇదుగో... దీనితో సరికొత్తగా నాని స్టడీస్‌ని మొదలెట్టాలి..."

ఆ పుస్తకం ఏమిటా అని కుతూహలంగా చూశారు.

"ఇది పెద్దబాలశిక్ష... తెలుగులో తొలినాటి ఎన్‌సైక్లోపీడియా"

రవళి, మంజుల విచిత్రంగా చూశారు. వారి మొహాల్లో చిన్న హేళనలాంటినవ్వు కనిపిస్తున్నా నిత్య పట్టించుకోలేదు.

"తెలుగు పిల్లలకు ఇది విజ్ఞాన సర్వస్వం. అసలు మన ముందరి జనరేషన్లో వారికి పెద్ద బాలశిక్ష ఒక ముఖ్యమైన పుస్తకం. నైన్టీన్త్ సెంచరీలో ఒక బ్రిటీషర్ ఇచ్చిన ప్రోత్సాహంతో చదలవాడ సీతారామశాస్త్రిగారు తొట్టతొలి పెద్ద బాలశిక్షని రూపొందించారు.

అప్పట్నుంచి ఎన్నోసార్లు ప్రింట్ చేశారు. ఆ మధ్య కొత్త వెర్షన్‌ని గాజుల సత్యనారాయణగారు ఎడిట్ చేశారు. అన్నపూర్ణ పబ్లిషర్స్‌వాళ్ళు ప్రింట్ చేశారు. మీకు ఓ విషయం తెలుసా? మహాభారతంలోని పద్దెనిమిది పర్వాల్ని గుర్తుకుతెచ్చేలా ఇందులోనూ అదే సంఖ్యలో పర్వాలను సమకూర్చారు.

ఇప్పుడు నాకు దొరికింది మాత్రం సుద్దాల సుధాకర్ తేజ రాసిన గౌరు పెద్దబాలశిక్ష"

ఏమిటీ సోది అన్నట్లు చూస్తున్నారు రవళి, మంజులా.

నిత్య బ్యాగులోంచి తీసిన పుస్తకాల్లో వేమన శతకం, సుమతీశతకం, ఎక్కాల పుస్తకం, కాపీ రైటింగు బుక్స్, ఇంగ్లీష్ బేసిక్స్, రైమ్స్... ఇలా ఎన్నో కలెక్షన్స్ కనిపిస్తున్నాయి.

"సో... అర్థంచేసుకోకుండా బట్టీపట్టే విధంగా కాదు... అవగాహన చేసుకునేలా పెద్దబాలశిక్షతో ముందుగా చదువు ప్రారంభించాలి. ప్రతీదీ నాని అర్థంచేసుకుంటే చాలు"

వాళ్ళకు తాను చెప్తున్న మాటలను బట్టి అనుకున్న భావం చేరుతున్నదో లేదో అని మధ్య మధ్య ఆగుతూ మాట్లాడుతోంది నిత్య "అంచేత ఇప్పట్నుంచి ఈ పుస్తకంతో చదువుచెప్పడం మొదలుపెట్టండి..."

అసహనముతో పక్కచూపులు చూస్తున్న రవళి చివ్వున తల తిప్పింది "మీరు చూపిస్తున్న పుస్తకం గురించి నాకు తెలీదు... ముందు ఓ నాలుగైదు రోజులపాటు నేను స్టడీ చేస్తేనేగానీ నానికి చదువు చెప్పలేను"

నిత్యనుంచి ఎలాంటి రెస్పాన్స్ ఆశించకుండా వెనక్కి తిరిగి విసవిసా నాలుగడుగులు నడిచి ఆగింది. "మరో కాపీ తెప్పించి నాకు పంపించండి. స్టడీ చేశాక మొదలుపెడతాను" అని గబగబా అడుగులు వేసింది.

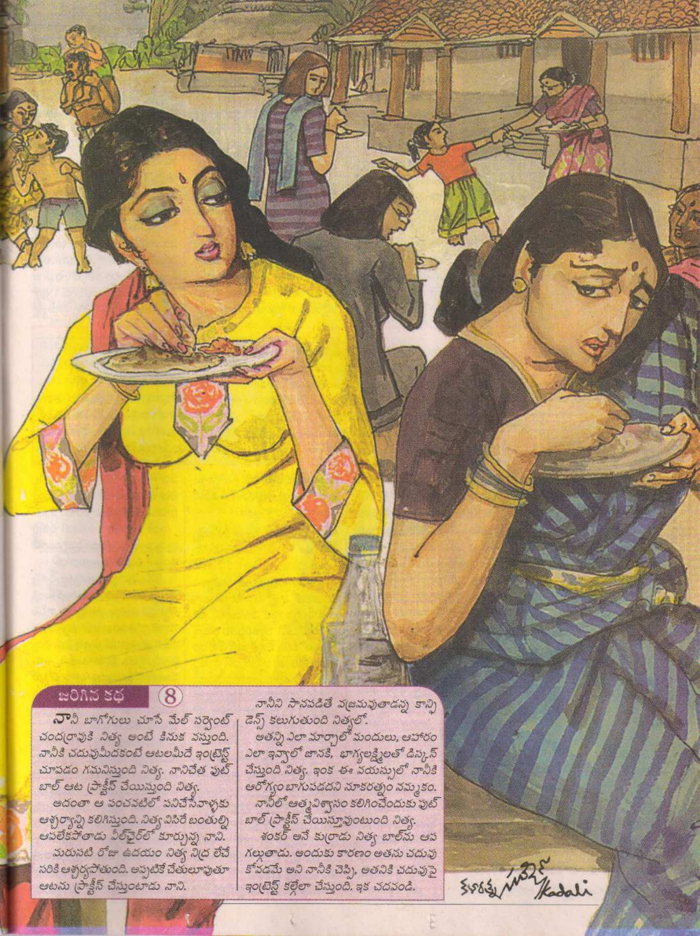
"నేనూ అంతే..." మరో మాట లేకుండా రవళి వెనుక నడిచింది మంజుల. ఇలాంటి రియాక్షన్లు కొత్తేంకావని తెలిసిన నిత్య నిబ్బరాన్ని, సహనాన్ని కోల్పోని భావనతో వాళ్ళు వెళుతున్నవైపు చూసింది.

"ఫినిష్... ఇప్పటివరకూ మనంనేర్పినదీ, నాని ఆ మాత్రం నేర్చుకున్నదీ మొత్తం పోయినట్లే... ఏదో చేసేద్దామని వచ్చింది. ఓవర్ యాక్షన్‌తో మొత్తంగా వెనక్కి నడిపిస్తోంది. నాని బతుకింతే ఇంక... బాగుపడే ఛాన్స్ అస్సల్లేదు.." నిత్యకి వినపడాలనే కాస్త గట్టిగా మాట్లాడుతూ నడుస్తోంది రవళి.

"అయినా తనకు తెలిసినదే కరెక్టు అనుకోవడం ఏంటో...? ఇప్పటివరకూ జరిగినదంతా ట్రాషన్నట్లు చూపిస్తూ మొత్తం మార్చేయాలనుకోడమేంటో? ఈమెకేమన్నా మెంటలా?" మంజుల టోన్ కూడా పెరిగింది.

వీళ్ళందరి మాటలూ, సంభాషణల్లోని సారాంశం అర్థంకాకపోయినా తనకు సంబంధించి ఏదో వాగ్యుద్ధం నడుస్తోందని నాని మనస్సుకి తెలుస్తోంది. నాని మనసులో ఎలాంటి అలజడికీ, కలవరానికి చోటు ఇవ్వరాదనే యోచనతో ఉన్న నిత్య ముందుకు నడిచి నాని దగ్గరకు వచ్చింది. పెద్ద బాలశిక్షనందించింది నిత్య.

"నానీ... ఇది



జరిగిన కథ 8

నానీ బాగోగులు చూసే మేల్ సర్వెంట్ చంద్రావుకి నిత్య అంటే కినుక వస్తుంది. నానీకి చదువుమీదకంటే ఆటలమీదే ఇంట్రెస్ట్ చూపడం గమనిస్తుంది నిత్య. నానిచేత ఫుట్ బాల్ ఆట ప్రాక్టీస్ చేయిస్తుంది నిత్య.

అదంతా ఆ పంచవటిలో పనిచేసేవాళ్ళకు ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. నిత్య విసిరే బంతుల్ని ఆపలేకపోతాడు వీల్‌ఛైర్‌లో కూర్చున్న నాని.

మరుసటి రోజు ఉదయం నిత్య నిద్ర లేచే సరికి ఆశ్చర్యపోతుంది. అప్పటికే చేతులూపుతూ ఆటను ప్రాక్టీస్ చేస్తుంటాడు నాని.

నానీని సానపడితే వజ్రమవుతాడన్న కాన్ఫిడెన్స్ కలుగుతుంది నిత్యలో.

అతన్ని ఎలా మార్చాలో మందులు, ఆహారం ఎలా ఇవ్వాలో జానకి, భాగ్యలక్ష్మిలతో డిస్కస్ చేస్తుంది నిత్య. ఇంక ఈ వయస్సులో నానీకి ఆరోగ్యం బాగుపడదని నూకరత్నం నమ్మకం.

నానీలో ఆత్మవిశ్వాసం కలిగించేందుకు ఫుట్ బాల్ ప్రాక్టీస్ చేయిస్తూవుంటుంది నిత్య.

శంకర్ అనే కుర్రాడు నిత్య బాల్‌ను ఆపగల్గుతాడు. అందుకు కారణం అతను చదువుకోవడమే అని నానీకి చెప్పి, అతనికి చదువుపై ఇంట్రెస్ట్ కల్గేలా చేస్తుంది. ఇక చదవండి.

నువ్వు నేర్చుకోవాల్సిన మొట్ట మొదటి పుస్తకం... మనసుపెట్టి చూస్తే ఇది ఆటకంటే ఎక్కువ ఆనందాన్ని ఇచ్చే పుస్తకం..."

ఒక్కో పేజీ తిరగేస్తున్నాడు నాని. అక్షరాలు రాసే క్రమంనుంచి అచ్చులు,హల్లులు,రెండు మూడక్షరాల అలతి అలతి పదాలు, పద్యాలు, నీతి కథలూ, ఇంగీష్ అక్షరాలూ, పదాలూ ఇలాఎన్నో సులభతరమైనవన్నీ దాన్లో ఉన్నాయ్. "నానీ నువ్వు తలుచుకుంటే వారం పది రోజుల్లో ఈ పుస్తకాన్ని పూర్తిచేసేస్తావు.



మొదట్లో ఎక్కువ టైమ్ పడుతుందికానీ క్రమం తప్పకుండా, వదిలివేయకుండా నువ్వు సాధన చెయ్యాలి. ఎస్... నువ్వు సాధించగలవ్" అంది.

నానిముందుగా తెలుగు, ఇంగ్లీష్‌లో రాయడం, చదవడం నేర్చుకుని భావవ్యక్తీకరణ చెయ్యగలగాలన్నది నిత్య అభిమతం. అందుకోసం ఆమె నడుం బిగించింది. తెలుగు అక్షరాల్ని వాటి అవసరాన్ని సోదాహరణంగా వివరించి, కాపీరైట్ పుస్తకాల్లో ప్రాక్టీసు చేసే అంశాన్ని ముందుగా మొదలెట్టింది.కుర్చీ లాక్కుని నాని ఎదురుగా కూర్చుని అతని కళ్ళల్లోకి చూస్తూ నిత్య భావయుక్తంగా చెప్పినవన్నీ అతని మనసుమీద ముద్రపడుతున్నాయి. ఆసక్తిని పెంచుతున్నాయి.

కాసేపు కూర్చుని వివరించడం,మరి కాసేపు వీల్ ఛెయిర్‌ని నడింవాకిట్లో నడిపిస్తూ కథలు చెప్పేవిధంగా మరింత ఇంట్రెస్ట్ కలిగేలా చెప్పడం... పంచవటిలో ఎలాంటి సపోర్ట్ లేకపోయినా తన డ్యూటీ చేసుకుపోతోంది నిత్య.

శ్రీప్యాలెస్ హాల్లో కూర్చొనివున్న రవళీ, మంజులా మేడమ్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు. నిత్య రాకతో అసౌకర్యానికి గురయిన రవళి క్రమంగా ఆమెని పూర్తిగా ద్వేషించే స్థాయికి చేరుకుంది. ఆమె తన భావాలను, అభిప్రాయాల్ని రుద్దుతూ మంజులని కూడా ప్రభావితం చేసింది. రవళి మంచిగా చదువుకున్నప్పటికీ ఇంటిలో ఉన్న కుటుంబ సమస్యల కారణంగా ఇక్కడ ఉద్యోగం చెయ్యాల్సివచ్చింది.

ఇప్పుడా జాబ్ కోల్పోయే పరిస్థితి వచ్చేలా ఉండడం సహజంగానే అందుక్కారణమయినవాళ్ళమీద కోపాన్ని పెంచుతోంది.

మిడిల్ క్లాస్ ఇంటి పరిస్థితులున్న మంజులకి కూడా ఉద్యోగమే జీవనోపాధి.అంతేకాకుండా ఇన్నాళ్ళూ తాము నిర్వర్తించిన పనులు అన్నీ తప్పులుగా, తమ శక్తిసామర్థ్యాలు పనికిరానివన్నట్లు నిరూపణవుతున్నాయన్న బాధ వాళ్ళిద్దరినీ చాలా చికాకుపరుస్తోంది.

ఇది చాలా అవమానకరంగా అనిపిస్తోంది. ఇక తమ అవసరం లేదన్నది నిర్ధారించుకుంటే వేరే ఉద్యోగాలు వెతుక్కోవచ్చన్న ఆలోచనతో మేడమ్‌ని కలవడానికి వచ్చారిద్దరూ.

వందనతో మాట్లాడినదాన్ని బట్టి మేడమ్ చాలా బిజీగా ఉన్నారని తెల్సింది. ఐనాసరే వెయిట్ చెయ్యమన్నారని కలుద్దామన్నారని చెప్పడంతో హాల్లో వేచి ఉన్నారిద్దరూ.

కొన్ని స్థిరాస్తుల విషయంలో తలెత్తిన లిటిగేషన్‌కి సంబంధించి రమణమూర్తితో కలిసి లీగల్ అప్రోచ్ కోసం చర్చించుకుంటున్నారని వాళ్ళకి అర్థమైంది. జమీందారుగారు చనిపోయిన తర్వాత ఆయన పేరిట ఉన్న ఆస్తులు అన్యాక్రాంతం కాకుండా చూడ్డంలో మేడమ్ చాలా కష్టపడుతున్న విషయం అందరికీ తెలుసు.

తన తదనంతరం కూడా దివాణం ఇలాగే కొనసాగాలన్న జమీందారుగారి కోరికమేరకు మేడమ్ అన్ని బాధ్యతలూ తీసుకోవడం, ఆయన మనోగతంమేరకు నిర్వహించడంవెనక ఉన్న శ్రమ గురించి అందరికీ విదితమే. అందుకే ఆమె అంటే అందరికీ అంత గౌరవం, భక్తి, భయం.

ఇంచుమించు గంటన్నరతరువాత జయప్రభ అక్కడికి వచ్చింది.

"నమస్తే మేడమ్"

"ఏం రవళీ... మంజులా... ఎలా ఉన్నారు? అంతా ఓకే కదా...?" ఎదురుగా వున్న సోఫాలో కూర్చుంటూ పలకరించింది జయప్రభ.

కుశల ప్రశ్నలకు నవ్వుతూ జవాబిచ్చినతర్వాత తన గోడు వెళ్ళబోసుకుంది రవళి. ఆ సందర్భంలోనే నిత్య వేస్తున్న తప్పటడుగుల గురించి సోదాహరణంగా చెప్పింది.

"మేడమ్... మనందరం చాలా కష్టపడి నానిలో ఈ మాత్రం ఇంప్రూవ్‌మెంట్ తీసుకువచ్చాం. అనునిత్యం మీరు మమ్మల్ని గైడ్ చేశారు. ఆ విధంగా మేం డ్యూటీలుచేశాం. కొత్తగా వచ్చిన ఈ నిత్య ఏం చెప్పి మిమ్మల్ని నమ్మించిందోగానీ మొత్తం వెనక్కి తీసుకుపోతోంది. ఇప్పటివరకూ మనం సాధించినదాన్ని సున్నా చేసేస్తోంది"

రవళి మాటలను, ఆమెను సమర్థిస్తున్న మంజుల వివరణలనీ మౌనంగానే ఉంటూ వింటోంది జయప్రభ.

"టీవీ, సిన్మా, ఇంటర్నెట్టు చూస్తే తన ఇనెబిలిటీగురించి మరింత కుంగిపోతాడని మనం వాటన్నిటినీ నానీని దూరంగా ఉంచాం. కానీ ఇప్పుడు కదలికే కష్టమైన నానికి ఆటల పేరు చెప్పి వెర్రెక్కిస్తోంది. పరుగంటుంది, చదువంటుంది, గెలుపు అంటుంది. టోటల్ కన్ఫ్యూషన్‌లోకి తీసుకుపోతోంది. ఇన్ని గందరగోళాల మధ్య నాని ఏమయిపోతాడో అని నాకనిపిస్తోంది.."

లేచి నిలబడి వెనక్కి చేతులు పెట్టుకుని అక్కడే పచార్లు చేస్తూ వింటోంది జయప్రభ. "పెద్దింటి పిల్లాడికి ఇలాంటి ఆరోగ్య సమస్య ఉండడం దురదృష్టం... నాలుగ్గోడల మధ్య గుట్టుగా మనం వైద్యం చేయిస్తూ సపర్యలు చేసేవాళ్ళం. అలాంటిది ఇప్పుడు అబ్బాయిని తీసుకెళ్ళి జనంమధ్య పడేసింది. అర్థం చేసుకునేవాళ్ళతో ఒకే గానీ... అలాకాకుండా సంకుచితంగా ఆలోచించేవాళ్ళమధ్య



అదరహో!

తెలుగు సీమపై బోల్డెన్ని విమర్శలు గుప్పించి బాలీవుడ్ చెక్కేసిన నొక్కుల జుట్టు తాప్సీపన్ను వరసబెట్టి విజయాలు దక్కించుకుంటూ అదరగొట్టేస్తున్నది. ఉత్తరాదిలో 'సూర్మ', 'ముల్క్'లు, దక్షిణాదిన 'నీవెవరో' సినిమాల విజయాలతో బక్కతేలిన తాప్సీ ఉక్కిరిబిక్కిరైపోతోంది. రాబోయే 'మన్మర్ జియాన్' చిత్రం గురించి మరింత గొప్పలు పోతూ తనదైన రాగాలు తీస్తున్నది. అనురాగ్ కాశ్యప్‌తో అందమయిన పని అనుభవాలు ఉన్నాయంటూ సొట్టబుగ్గలు సాగదీసి నవ్వింది.

అంతేనా, అమితాబ్‌బచ్చన్‌తో, కొడుకు అభిషేక్ బచ్చన్‌తో కలసి పనిచేసిన అనుభవాలను కలబోసుకుంటున్నది. ఎంతైనా తాప్సీ లక్కీగాళ్!

వచ్చే ఎన్నికల్లో బి.జె.పి.ని ఓడించేందుకు అన్ని పార్టీలూ ఏకం కావాలి. వామపక్షాలు చేయి కలపాలి. -అమర్త్య సేన్, నోబెల్ విజేత

నానీ ఎంతలా నవ్వులపాలవుతాడో"

మేడమ్ ఇంతలా మాట్లాడే అవకాశం ఇవ్వడం అరుదు. ఛాన్స్ వచ్చింది కదా అని రవళి మనసులో ఉన్నది మొత్తం కక్కేసింది. మధ్య మధ్య మంజుల గుర్తుచేసిన విషయాలనూ కలిపి గుదిగుచ్చి చెప్పేసింది.

"మీరు చెప్పదలచుకున్నదంతా నాకు అర్థమయింది రవళీ" శ్రద్ధగా విన్న జయప్రభ మళ్ళా వచ్చి సోఫాలో కూర్చుంది. "ఇరవై ఏళ్ళపైబడి... వైద్యంలో లోపంలేదు,కేరింగ్‌లో దోషం లేదు, కానీ సమస్యలో మార్పు అన్నదే లేదు.ఎన్నాళ్ళిలా? నానిని నాలుగ్గోడల మధ్య కూర్చోబెట్టి ఫలితం లేని చికిత్సతో ఇలా ఎన్నాళ్ళు?" జయప్రభ గొంతులో ఆవేదన వ్యక్తమౌతోంది.

"నాలుగు గోడల మధ్య ఉన్నంత మాత్రాన గౌరవంగానో, గొప్పగానో బతికేస్తున్నట్లు కాదుకదా... ఎప్పటికయినా నాని బైటికి రావాల్సివుంటుంది. అతని ఇనెబిలిటీ లోకానికి తెలుస్తుంది" వ్యక్తపరిచింది జయప్రభ.

ఆమె మనోగతం అర్థంచేసుకున్న రవళి, మంజుల మేడమ్‌కిథ్యాంక్స్‌చెప్పి పంచవటికి తిరిగొచ్చేశారు.

"అక్కా... నువ్వేం వర్రీకావద్దు... అమ్మని చాలా జాగ్రత్తగా చూసుకుంటున్నా. డాక్టర్ వివేకానంద్‌గారు కూడా మా ఛైర్మన్‌గారికి చెప్పడంతో ఆయన నన్ను పూర్తిగా అమ్మ దగ్గర డ్యూటీ చెయ్యడానికి పర్మిషన్ ఇచ్చారు.

రేపు ఉదయం ఐసీయు నుంచి రూమ్‌కి షిఫ్ట్ చేద్దామన్నారు. కండిషన్ నార్మల్‌గా ఉంది..."

దుర్గ ఫోన్‌లో చెపుతున్న మాటలు ఆనందాన్నొకవైపు కల్గిస్తున్నా మరోపక్క అమ్మని చూసి మాట్లాడాలన్న ఆరాటం నిత్య కళ్ళను తడిచేస్తున్నాయి.

ల్సిన డబ్బు ఆన్‌లైన్‌లో పంపడంకోసం అడిగితీసుకున్న బ్యాంకు అకౌంట్ నెంబరుని తన ఇంటర్నెట్ బ్యాంకింగ్ అకౌంటులో రిజిస్టర్ చేసింది.

నాలుగుగంటల వ్యవధి తర్వాత మాత్రమే ఆ బెనిఫిషియర్ రిజిస్ట్రేషన్‌యాక్టివేట్ అవుతుంది.

మర్నాడుదయాన్నే మనీ ట్రాన్స్‌ఫర్ చెయ్యొచ్చని తలచి ల్యాప్‌టాప్ షట్ డౌన్ చేసింది. రాత్రి ఎనిమిదిన్నరైంది... పంచవటిలో కిచెన్ దగ్గర అందరూ భోజనాలు చేసే సమయం అది. గబగబా మంచంమీద నుంచి లేచి కంచం అందుకుని రూమ్ బయటికి నడిచింది. ఆమె ఊహించినట్లుగానే సమూహమంతా ఉంది.



సాహసాలు

తెరనిండా ప్రేమకు రెయిన్ చెక్ పెట్టే పనిలో వానల్లో వేడి రగిలించేందుకు సిద్ధమయిపోయింది అందాలరాశి ప్రియా వడ్లమాని.

సినిమాలో ఎడ్వెంచరస్ అంశాలు నిర్వహించే కంపెనీలో పనిచేసే అమ్మాయి పాత్ర కావడంతో డూప్ లేకుండా సాహసకృత్యాలు చాలానే చేసేసిందట.

హైదరాబాద్‌లో పుట్టి పెరిగిన ఈ తెలుగమ్మాయికి సినీ అవకాశాలు ఫేస్‌బుక్ ద్వారా వచ్చాయట. సినిమా సెట్స్‌మీదకు వెళ్ళడానికి నెలన్నర ముందు నుంచే వర్క్‌షాప్స్ చేయడంతో నటించడం చాలా తేలిక అయిందంటూ ఉరుముజల్లులా మెరిసిపోతూ చెప్పింది ప్రియా వడ్లమాని.

"ప్రయోజనం లేని ప్రయత్నాలు ఏళ్ళతరబడి కొనసాగించే కన్నా కొత్తగా ప్రయత్నించాలనే ఆలోచన కారణంగా వచ్చిందీ అమ్మాయి.

సో... మీరు బాధపడడంవెనక అర్థం ఉన్నప్పటికీ చింతించవద్దనీ, ఏవేవో ఊహించుకోవద్దని చెప్పగలను. మీరిద్దరూ చాలా రోజులనుంచి నా దగ్గర పనిచేస్తున్నారు.ఇకముందూ చేస్తారు"

జయప్రభ మాట్లాడినదాంతో చివరి వాక్యం వాళ్ళిద్దరికీ ప్రశాంతతనిచ్చింది.

"అయితే... నిత్య ఆరునెలలపాటు మాత్రమే మనదగ్గర ఉంటుంది. ఆమె ప్రయత్నాలు ఆమెను చెయ్యనివ్వండి. ఆమె ఏం చెయ్యబోతున్నదీ నాకు ముందే చెప్పింది. పంచవటిలో ఉండే వాళ్ళందరూ మనవాళ్ళే... నానిని చిన్న చూపు చూసేవాళ్ళెవరూ లేరక్కడ"

అభద్రతాభావంతో కలవరపడుతున్న వాళ్ళిద్దరికీ భరోసా ఇస్తూనే నానికి సంబంధించిన చికిత్సకి అందరూ సహకరించాలన్న భావాన్ని తన మాటల్లో

"వారంరోజులతర్వాత ఫ్లాట్‌కి తీసుకెళ్ళాక మా చిన్న అక్క సుగుణ అక్కడే ఉండి అమ్మని చూసుకుంటుంది..."

నిత్య తలకెత్తుకున్న బాధ్యత ఎంత క్లిష్టమయినదో ఊహించగలిగిన దుర్గ పూర్తి భరోసానిస్తూ మాట్లాడింది.

"థ్యాంక్యూ సో మచ్‌రా. నాకు తోడబుట్టినవాళ్ళు ఎవరూ లేని ఒంటరిననే భావం ఇన్నాళ్ళూ ఉండేది.కానీ నువ్వూ, అక్కా నాకు ఇప్పుడలా అనిపిస్తున్నారు. మీరిద్దరూ చేసే సాయానికి థ్యాంక్స్ అన్నమాట చెబితే చిన్నచూపు చూసినట్లవుతుంది. కానీ నేను ఇప్పుడున్న పరిస్థితిలో మాటల్లో వ్యక్తపరచగలను. కానీ నా మనసు మీ ఇద్దరి పాదాలను కడుగుతోంది" అంది నిత్య.

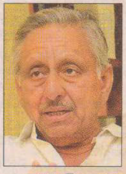
"ఏంటక్కా, అంత ఎమోషనల్ అవుతావు? ఫ్యూచర్‌లో నువ్వొక పెద్ద హాస్పిటల్ పెట్టి అందులో నాకూ, మా చిన్నక్కకీ ఉద్యోగం ఇస్తావు కదా... ఇలా నువ్వనుకుంటున్న బాకీ తీరిపోతుంది" అని పెద్దగా నవ్వుతూ దుర్గ అనడంతో ఇటువైపు నిత్య కూడా నవ్వేసింది. ఆమె మనసు తేలికపడింది.

మళ్ళా మర్నాడు ఫోన్ చేస్తానని చెప్పి కాల్ ముగించింది నిత్య. దుర్గకి ఇవ్వా

పొలం పనులూ, తోట పనులూ ముగించుకుని వచ్చినవాళ్ళూ, ఇంకా దివాణంలో హౌస్ కీపింగ్, గార్డెనింగ్ చూసేవాళ్ళూ... కంచాల్లో అన్నం,కూరా, పచ్చడి వడ్డించుకుని వరండాల్లోని కొచ్చి నిలబడి మాట్లాడుకుంటూ తినే వాళ్ళు కొందరయితే, గట్టుమీద కూర్చొని కబుర్లు చెప్పుకుంటూ కానిచ్చేవారు కొందరు. పిల్ల గ్యాంగ్ అంతా తమ కంచాలు నింపేసుకుని లాన్స్‌లా ఉన్న ఆ ప్రదేశంలో కాళ్ళు బారజాపి కూర్చుని ఒళ్ళల్లో కంచాలు పెట్టుకుని కబుర్లు చెప్పుకుంటూ అన్నం కెలుకుతున్నారు.

ఎడ్యుకేటెడ్ బ్యాచ్ అన్పించుకునే చంద్రావు, ఆయాలూ, టీచర్లుమాత్రం ఎకసక్కాలాడుకుంటూ పది అడుగుల దూరంలో ఓ చెట్టుకింద నిలబడి తింటూ తిట్టాల్సిన వాళ్ళని తిట్టుకుంటున్నారు.

ఫౌంటెయిన్‌కోసం కాంక్రీట్ మెట్లలా ఏర్పాటుచేసిన కట్టడందగ్గర చేరిన ఆడవాళ్ళంతా ఆ మెట్లమీద బైఠాయించి భోజనం కానిస్తూనే ఒకరికొకరు చేరవెయ్యాల్సిన ఆనాటి విశేషాలు గుసగుసల మాదిరి చెవుల్లో దూరిపోతున్నాయి. ఎప్పటిలాగానే వాళ్ళ వాదోపవాదాల్లో నూకరత్నం ప్రభావం మిగతావాళ్ళమీద కని



కాశ్మీర్ అంశంపై జరిగే చర్చల్లో వేర్పాటువాదులను భాగస్వాములను చేయాలి.

-మణిశంకర్ అయ్యర్, కాంగ్రెస్ నేత



వాళ్ళు? "అబ్బాయిగారికి దేవుడు ఆరోగ్యం ఇవ్వ లేదు. అలాని ఎవరుపడితే వాళ్ళు ఏదిపడితే అది ట్రై చేసేస్తారా? అది అంతా వైద్యమనుకోవాలా?"

"జమిందారుగారుంటే ఇలా ఉండేది కాదు"

"అమ్మగారు ఒక్కరే అయిపోవడముతో అన్నీ చూసుకోలేక కొంతమం దిని నమ్మాల్సివస్తోంది. వాళ్ళల్లో కొంతమంది అవ కాశము తీసుకుని ఇలా బుర్రకు తోచినట్లు చేసుకు పోతున్నారు..."

ఓరకంట నిత్య హావ పన్నకుండా ఉంటారా? ఎవరో ఇలాంటి పన్నాగాలు పన్నేవారి సాయంతో దివా ణంలోకి దొంగలు చేరుతున్నారు"

నూకరత్నం నోటివెంట ఖణేల్‌మనే కంఠంనుంచి వెలువడ్డ మాటలకి అక్క డున్న చాలామంది ఒక్క క్షణం కల వరపడ్డారు. అంత డైరెక్టుగా అనేసిం దేమిటా అని. ఇంత సూటిగా వదిలిన వాగ్బాణానికి నిత్య రియాక్షన్ ఎలా ఉంటుందన్నది అందరి మెదళ్ళలో ఆ క్షణం మెదిలిన ప్రశ్న.

ఇప్పుడిక్కడ గొడవ జరుగుతుం దేమోనన్న కలవరపాటు కొందరిదైతే కాలక్షేపం చేద్దామనుకునేవాళ్ళు ఇంకొం దరు. కానీ వాళ్ళనుకున్న పర్యవసానం ఛాయలు కనపడలేదు.

చిన్నగా చెవులు కొరుక్కోవడాలు కూర్చో" నూకరత్నం పక్కన కూర్చు న్నామె కాస్త పక్కకి జరిగి నిత్యకి ప్లేస్ ఇచ్చింది. అందర్నీ చూస్తూ చిన్నగా నవ్వుతూ కూర్చుంది నిత్య-

"అసలు నేను ఇక్కడికి వచ్చిన రోజే అందర్నీ కలుద్దామనీ, ఒక్కొక్కర్నీ పరి చయం చేసుకుందామని అనుకున్నా... అలా ఏదో బిజీగా గడిపేయడం అయి పోయింది" అన్నది నిత్య.

నూకరత్నానిక్కూడా అలా సరళం గానే స్పందించక తప్పడంలేదు. చాలా ప్రశాంతంగా మొదలయిన సంభాషణ ఏ పక్కదారి తీస్తుందో అన్న కుతూ హలంతో అందరూ యధాలాపంగా వీరంతా ఉన్నచోటుకి సమీపంగా చేరు కుంటున్నారు.

"అసలు నేనెవరన్నది, ఎందుకొచ్చా

ఎందుకివ్వరు...?

తెలుగు పరిశ్రమలో కూడా క్యాస్టింగ్ కౌచ్ ఉందని, తాను కూడా కొన్ని సమస్యలను ఎదుర్కొన్నానని ఫ్రాంక్‌గా చెప్పింది యామినీభాస్కర్.

'నర్తనశాల' సినిమాలో సత్యభామగా అందాల విరుపులు విరజిమ్ముతున్నదీ విజయవాడ అమ్మాయి. కీచక, మారుతి కాంపౌండ్‌లలో ఇంతకుముందు సినీ అనుభవాలు పోగుచేసుకున్నది.

ఇతర రాష్ట్రాలనుంచి వచ్చే హీరోయిన్‌లను పోటీ దారులుగా భావించాలేతప్ప డామినేట్ చేస్తున్నారనుకో కూడదంటూ కొత్త కబుర్లు వల్లిస్తున్న యామినీ భాస్కర్ తెలుగమ్మాయిలకు అవకాశాలు ఇవ్వడం లేదనడాన్నీ అస్సలు ఒప్పుకోవడంలేదు.

"పాత్రకు సరిపోతారనిపిస్తే తప్పకుండా అవ కాశాలు ఇస్తారు కదా" అంటున్నది.

పిస్తోంది. కంచంలో తినాల్సిన పదార్థాలు పెట్టుకుని నెమ్మదిగా అక్క డికి వచ్చింది నిత్య.

ఆమె రాగానే అందరి కళ్ళూ అటు తిరిగాయి. ఎవరైనా పలకరిస్తారేమోనని చిరునవ్వుతో అన్నిపక్కలా చూస్తోంది నిత్య. కాని ఆమెకి అలాంటి ప్రతిస్పం దన కానరాలేదు. ఎప్పుడూ ఎదురవు తున్న మర్యాదే అగుపిస్తోంది.

ఎకసెక్కాలూ, మూతివిరుపులూ, నొసలు చిట్లించడాలూ, పుల్లవిరు పులూ, ఇమిటేషన్లూ, మిమిక్రీలూ, శ్లేషా ర్థాలూ, ద్వంద్వార్థాలూ... నిత్య అక్క డికి వచ్చినతరువాత నూకరత్నం గొంతు పెరిగింది.

ఆమె స్వరానికి శ్రుతిలయలంది స్తున్నారు మరికొందరు.

"ఇంతకీ అమ్మగారికి ఇక్కడ జరుగు తున్న విషయాలేమైనా తెల్సా?"

"అంతా అరాచకం లాగుంది. నోరు లేనివాడిని ఇలా నానాకష్టాలూ పెడు తుంటే అమ్మగారికి తెలిస్తేమాత్రం ఊరుకోరు. తోలుతీసి తరిమేస్తారు"

నూకరత్నం మొదలెట్టిన టాపిక్‌ని అర్థవంతంగా కొనసాగిస్తున్నారు మిగతా భావాలను గమనిస్తూనే మాటల్ని గుప్పి స్తున్నారు. వరండాలో ఓ స్తంభంపక్కన గట్టుపక్క కూర్చొనితినడం కానిస్తోంది ఆమె. నిత్య ఎప్పుడూ తన మొహం లోని భావాలను చదవగలిగే అవకాశ మివ్వదు. కానీ ఇదొక కవ్వింపు చర్యలా అనిపిస్తోంది అక్కడి జనాలకి.

ఎలాంటివారికయినా అర్థమయ్యే మాటల్ని ఇన్‌డైరెక్ట్‌గా అంటున్నప్పటికీ ఆమెలో ఎలాంటి స్పందనా లేకపోవ డంతో కచ్చపుడుతోంది.

"పెద్ద దిక్కు జమీందారుగారు లేరు... మరోపక్క అమ్మగారు పెద్దవారై పోతున్నారు. అబ్బాయిగారి ఆరోగ్యం ఇలా ఉందని తెల్సినప్పుడు ఇంతపెద్ద దివాణంమీద కన్నుపడ్డవారు కుట్రలు తప్ప అంతా నిశ్శబ్దంగా ఉంది.కూర్చున్న చోటునుంచి చటుక్కున లేచింది నిత్య. ఈ సూటిపోటి మాటల తాకిడికి తట్టు కోలేక రూమ్‌కి వెళ్ళిపోతోందని ఆమెనే ఓరకంట చూస్తున్నవాళ్ళనుకున్నారు, కానీ అలా జరగలేదు.

ఆమె సరాసరి నడిచి ఆడవాళ్ళు గుంపుగా కూర్చున్న చోటికి వచ్చింది. ఇక్కడేదో జరగబోతుందన్న సూచన కనపడింది కొందరికి.

ఓ చేత్తో తినే పళ్ళెం పట్టుకున్న నిత్య నవ్వుతూ వచ్చి నూకరత్నంవైపు చూసింది "నేనిక్కడ కూర్చోవచ్చా?"

నిత్య నుంచి ఇలాంటి స్పందన ఊహించని నూకరత్నం చిన్నగా తడబడింది "ఆ..ఆ.. దానికేంభాగ్యం.. నన్నది వివరంగా నేనే చెబితే బాగుం టుందని అనుకుంటున్నాను" ఇదేదో ఆమె రాజీకొచ్చే ప్రయత్నాలు చేస్తుం దని రవళికి అనిపించింది.

"బేసికల్‌గా నేను ఎమ్‌బిబిఎస్ చది విన డాక్టర్ని. ఫారిన్‌లో స్పెషలైజేషన్ చేస్తూ మా నాన్నగారు చనిపోవడంతో ఇండియా వచ్చేశాను.

మా అమ్మగారికి వైజాగ్‌లో వైద్యం జరుగుతోంది..." చిన్న పాజ్ ఇచ్చి మాట్లాడింది "ఇంతకుమించి నా పర్స నల్ విషయాలు తెలుసుకోవాల్సిన అవ సరం మీకులేదు..."

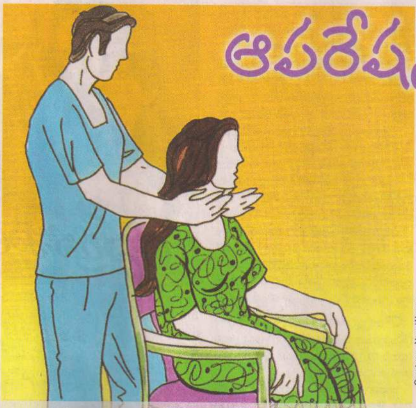
ఒక సుదీర్ఘమైన స్పీచ్ ఇచ్చేందుకు ఆమె సమాయత్తమైందన్న విషయం కొందరు ఊహించగల్గుతున్నారు.

"నేనిక్కడకి ఎందుకొచ్చానూ అన్న ప్రశ్నకి సమాధానం... ఉపాధికోసం. ఇంకోలా చెప్పాలంటే టెంపరరీ బేసి స్‌లో ఉద్యోగం చెయ్యడానికొచ్చాను. టెంపరరీ అన్న పదం స్ట్రెస్ ఇచ్చి మరీ ఎందుకన్నానంటే నా పదవీకాలం ఆరు నెలలు మాత్రమే. ఆ తర్వాత ఒక్క రోజు కూడా ఇక్కడుండను"

ఇంకా ఉంది

మనం అమితంగా మాట్లాడితే ఎంతో శక్తిని వృథం చేసినవారమవుతాం. కొంత అసత్యం కూడా అందులో ప్రవేశించవచ్చు. కనుక తక్కువ మాట్లాడండి. ఎక్కువ పని చేయండి.

ఆపరేషన్ తర్వాత



Courtesy : New Woman

ఆపరేషన్ ప్రభావం నుండి బయటపడాలంటే ఆపరేషన్ తర్వాత తలెత్తే అంశాలకు ఉపశమనం కలిగించే ఆహారపదార్థాలు తీసుకోవాలి. ఆపరేషన్ తర్వాత ఇచ్చే మందులవల్ల జీర్ణక్రియలో మార్పులు వస్తాయి. మలబద్ధకం రావచ్చు.

ఇంకా ఇతరత్రా ఇబ్బందులు రావచ్చు. కాబట్టి శరీరానికి ఆ సమయంలో తగిన ఆహారపదార్థాలను ఎంపిక చేసుకుని తిని ఇబ్బందులను దూరం చేసుకోవాలి.

ప్రొటీన్ :

శరీరంలో అత్యధికంగా వుండే ప్రొటీన్ కొలాజన్. దెబ్బతిన్న కణజాలాలను తిరిగి కలిపేశక్తి కలిగినది ఈ ప్రొటీన్.ఒకకిలో శరీరబరువుకు 0.8గ్రాములు ప్రొటీన్‌ని సాధారణపరిస్థితిలో తీసుకోవాలి.

కాని ఆపరేషన్ తర్వాత ప్రొటీన్ అవసరం పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా శరీరంమీద పెట్టిన గాట్లు మానేందుకు శరీరబరువులో ప్రతి కిలోకి 1.5 నుండి 2 గ్రాముల ప్రొటీన్ అవసరం.ఆ ప్రొటీన్‌కోసం మాంసం తిననక్కర్లేదు. చిక్కుడు, గుడ్లు, చేప వంటివి తీసుకుని ప్రొటీన్ పొందగలరు.

పీచుపదార్థం :

ఆపరేషన్ తర్వాత శరీరంలో చాలారకాల మార్పులు కనిపిస్తాయి. దీనికి కారణం ఆపరేషన్ ఒక్కటే కాదు.

ఆపరేషన్ అనగానే వుండే భయం, ఒత్తిడి. ఆసుపత్రి వాతావరణం, ఇచ్చిన ఎనస్తీషియా, మారిన ఆహారం, కదలికలేని శరీరంవంటివన్నీ కలిసి శరీరంలోని మలినాలను సక్రమంగా బయటికిపంపలేవు.

ఈ సమయంలో అధికంగానీటితోపాటు పీచు కలిగిన ఆహారపదార్థాలను తీసుకోవటం మంచిది. శాకాహారంలో పీచుపదార్థం బాగా లభిస్తుంది.

పాల ఉత్పత్తులు :

ఆపరేషన్ తర్వాత ఇన్ఫెక్షన్ రాకుండావుండేందుకు యాంటీ బయాటిక్స్ ఇస్తారు.

ఈ యాంటీ బయాటిక్స్ హానికరమైన సూక్ష్మజీవులతో పాటు జీర్ణనాళంలోని మేలుచేసే బ్యాక్టీరియా జీర్ణక్రియలో, విటమిన్ల తయారీలో, రోగనిరోధకవ్యవస్థ పనితీరులో సహాయపడతాయి. కాబట్టి యాంటీ బయాటిక్స్‌వల్ల నష్టపోయే బ్యాక్టీరియా కోసం మజ్జిగ, పెరుగు తీసుకోవటం మంచిది.ఇవి మేలుచేసే బ్యాక్టీరియాల సంఖ్యను తిరిగి పెంచుతాయి.

పండ్లు, కూరగాయలు :

చిలగడదుంపలో బీటాకెరోటిన్ సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. దానిని శరీరం విటమిన్ ఎ గా మార్చుకుంటుంది. మెత్తని కణజాలాల మరమ్మతు, నిర్వహణకు విటమిన్ ఎ అవసరం. కాబట్టి ఆపరేషన్ తదుపరి బీటా కెరోటిన్ కలిగినటువంటి క్యారెట్స్, ముదురు ఆకుపచ్చ రంగులో వుండే ఆకుకూరలు, మామిడి వంటివి తీసుకోవాలి.

ఆపరేషన్‌లో శరీరంలో ముట్టుకున్న భాగాలు, ఆ సమయంలో కలిగే మానసిక ఒత్తిడి కలగలిపి శరీరంలో ఫ్రీరాడికల్స్‌ని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ నిరోధిస్తాయి. కాని ఆపరేషన్ తర్వాత బాగా పెరిగిన ఫ్రీ రాడికల్స్‌ని నిలువరించే స్థాయిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ తయారవవు కనుక, వాటిని పెంచేందుకు ముదురురంగు పండ్లు ఆహారంలో భాగమవ్వాలి.

దానిమ్మ, బెర్రీఫలాలు తీసుకోవాలి. వీటిలో మేలు చేసే విటమిన్‌సి ని పెంపొందించే గుణాలు, కొల్లాజిన్ సంక్లిష్టాన్ని స్థిరపరిచే గుణాలు వున్నాయి.

సి విటమిన్ అధికంగా అవసరమయ్యే సమయం ఆపరేషన్ నుండి కోలుకునే కాలం.

ఈసమయంలో విటమిన్‌సి ని అందించే బత్తాయి, కమల, జామ వంటి పండ్లను తీసుకోవాలి.

విత్తనాల మొలకలు :

ఎవరిలో అయితే రోగనిరోధకవ్యవస్థ మెరుగ్గా పనిచేస్తుంటుందో వారు ఆపరేషన్ తర్వాత త్వరగా కోలుకుంటారు. ఆపరేషన్ తర్వాత ఇన్ఫెక్షన్స్‌రాకుండా చూసేది మెరుగైన రోగనిరోధకవ్యవస్థ.

అటువంటి వ్యవస్థకోసం ఇండోల్‌లు, సైటోన్యూట్రియంట్స్ అందించే ఆహార పదార్థాలను తీసుకోవటం అవసరం. మొలకెత్తేవిత్తనాలు అందులో మేలుచేసేవి. వీటితోపాటుగా క్యాబేజి, క్యాలిఫ్లవర్ వంటి కూరలు తీసుకోవాలి. వీటిలో తక్కువగా పిండిపదార్థాలు ఎక్కువగా ఇతర పోషక పదార్థాలు వుంటాయి.

విత్తనాలు :

రోగనిరోధక వ్యవస్థ మెరుగ్గా పనిచేయటానికి జింక్ అవసరం. జింక్‌వల్ల రోగనిరోధకవ్యవస్థలో చురుకుదనం తెచ్చే కణాలు వృద్ధి అవుతాయి. వ్యవస్థలో చురుకుదనం వస్తుంది.

ప్రొటీన్ల తయారీ, కణాల సంఖ్య పెరుగుదలకు జింక్ దోహదపడుతుంది. కాబట్టి గాయం త్వరగా మానటంలో జింక్ పాత్ర వుంది. జింక్ అధికంగా కలిగిన ఆహారపదార్థాలు ఆల్చిప్పలు, మాంసం.

అయితే గుమ్మడి ఇతర కూరగాయల విత్తనాలలో కూడా జింక్ వుంది. వాటిని తీసుకోవచ్చు.

పుట్టగొడుగులు (మష్రూమ్స్) :

రోగనిరోధకవ్యవస్థకి మేలు చేస్తాయి పుట్టగొడుగులు. తాజాగా జరిపిన పరిశోధనలో పుట్టగొడుగులు తీసుకున్నప్పుడు గాయ ప్రభావాన్ని నిరోధించే గామా డెల్టా టి కణాలు చాలా చురుకుగా వ్యవహరించటం గమనించారు.

కాబట్టి పుట్టగొడుగులతో తయారుచేసిన సూప్‌లను ఇవ్వటం కూడా మంచిది.

కదిలే బొమ్మల కబుర్లు

@నర్తనశాల

Review

నర్తనశాలలో శక్తికట్టని ప్రదర్శన

బంగారు పళ్ళెంలో అందంగా వడ్డించేసినంతమాత్రాన ఆహారం బాగున్నట్లు కాదు. ఆధరవులు అన్నీ రుచిగా అమరితేనే అసలు అందం... ఆనందం.

'ఛలో' సినిమాను ఈ బ్యానర్‌మీదే తీశారు. మూడుకోట్లకు పైగా పబ్లిసిటీకి ఖర్చు చేశారు. 'నర్తనశాల' టైటిల్ బాగుంది. అంటే సరిపోదు.

సినిమాలో కంటెంట్ బాగుండాలి. కథనం బాగుండాలి. అన్నింటికీమించి స్టార్‌కాస్ట్ పక్కాగా సరిపోవాలి. లేదూ అంటే, ఫలితం ఇదిగో ఈ వారం విడుదలైన 'నర్తనశాల' సినిమాలాగే వుంటుంది ఫలితం.

పురాణాలను సోషలైజ్ చేయడం అంటే, పంచె బదులు ఫ్యాంట్ కట్టినంత వీజీ కాదు. బాపు, మణిరత్నంలాంటివాళ్ళే అలాంటి వ్యవహారంలో కిందా మీదా అయ్యారు. ఇక సాదాసీదా కొత్త డైరెక్టర్లపరిస్థితి ఏమిటి? 'నర్తనశాల'లో బృహన్నలగా తలదాచుకున్నాడు అర్జునుడు.

అక్కడ అమ్మాయిలకు ఆటపాటలునేర్పిస్తూ కాలక్షేపం చేశాడు. అది కూడా బృహన్నలగా మారి. అదే విధంగా ఓ హీరో బృహన్నలగామారి వేరేవాళ్ళ ఇంట్లో వుండాల్సివస్తే అన్నకాన్సెప్ట్‌తో తయారైనసినిమా'నర్తనశాల'. ఈ కాన్సెప్ట్‌తో అల్లుకున్న కథేంటీ అంటే...



రాధాకృష్ణ (నాగశౌర్య) ఓ అమ్మాయిని (కష్మీరా) ప్రేమిస్తాడు. కానీ అతడి తండ్రి వేరే అమ్మాయిని (యామిని) ప్రేమించాడు అనుకుని సంబంధం ఖాయంచేసుకుని వస్తాడు.

ఆ అమ్మాయి తండ్రిపెద్ద ఫ్యాక్షనిస్టు (జయప్రకాష్ రెడ్డి). తీరా హీరో తానుపెళ్ళిచేసుకోను అనేసరికి ఉగ్రావతారం ఎత్తేస్తాడు. దాంతో తాను పెళ్ళికి పనికి రానని, తాను ఇటు మగ, అటు ఆడాకాని, గే అని అబద్ధం చెప్పేస్తాడు. కానీ కథ అక్కడే అడ్డం తిరుగుతుంది.ఆ ఫ్యాక్షనిస్టు కొడుకు (అజయ్) తానూ అదే బాపతు అని, తానుకూడా గే అని, నేను చేసేసుకుంటా పెళ్ళి అంటూ రంగంలోకి దిగిపోతాడు.అప్పుడు ఏం జరిగింది అన్నది మిగిలిన సినిమా.

ఈ సినిమాకు రెండు రకాలైన, భయంకరమైన తప్పులు జరిగాయి. ఒకటి స్క్రిప్ట్‌పరంగా. రెండవది మేకింగ్‌పరంగా. సినిమా స్టార్ట్ చేయడం ఓ అబ్బాయిని అమ్మాయిగా పెంచడం అనే యాంగిల్‌లో స్టార్ట్ అవుతుంది. కానీ హీరో పెద్దవాడు కాగానే దాన్ని పక్కన పెట్టేస్తారు.

వీరోచితంగా ఫైట్లువంటి వ్యవహారాలతో పక్కా



అవన్నీ అబద్ధాలు

సినిమా నటీనటులన్నాక ఏవో ఒక పుకార్లు షికారు చేస్తూనే వుంటాయి. వాటికి ఎప్పటికప్పుడు కొత్త రుచులు అద్దుకోవడమూ మామూలే. కొన్ని సార్లు మితిమీరతాయి కూడా.

ఈమధ్య దిశాపటానీని హృతిక్‌రోషన్ బెదిరించారంటూ అదే పనిగా వార్తలు వినపడుతున్నాయి.తన సినిమాలో అవకాశం ఇవ్వాలంటే తనతో డేటింగ్‌కు రావాల్సిందేనని హృతిక్‌అన్నాడన్న దుమారం రేగుతున్నది. దిశ నోరువిప్పి ఘాటుగా ఖండించింది.

"హృతిక్ బెదిరించారంటూ వస్తున్న వార్తల్లో నిజం లేదు. ఈ విషయంలో ఆయనపట్ల నిజం చెప్పాల్సిన బాధ్యత ఉండడంతో స్పందిస్తున్నాను. నేను ఆయన్ను ఎప్పుడు కలిసినా చాలా మర్యాదగా వ్యవహరించేవారు. ఆయనతో కలిసి చేస్తున్న ప్రాజెక్టు నుంచి నేను తప్పుకున్నాననడం నిజం కాదు" అంటూ వివరించింది. ◆



చిన్ననాటి కలలు

నాలుగేళ్ళ వయస్సునుంచే నటి కావాలని కలలు కన్నది రిధికుమార్. బాల్యం అంతా ఇవే కలలు. కాలేజీకి వెళ్ళాక మోడలింగ్ ఆరంభించి, కాస్టింగ్ డైరెక్టర్ కళ్ళలో పడింది. మొత్తంమీద తెలుగులో 'లవర్' అవకాశం పొందింది.

"మోడలింగ్ అనుభవం వేరు. సినిమా తొలిరోజు షూటింగ్‌లో చాలా ఎగ్జయిట్ అయ్యాను. హార్డ్ వర్క్ చేశాను. 'లవర్', 'అనగనగా ఓ ప్రేమకథ'ల్లో నా పాత్రలు ఆసక్తిదాయకమయినవి. వాటికోసం నేను అంతర్గతంగానూ, బాహ్యంగానూకూడా కష్టపడ్డాను" అని వివరించింది రిధికుమార్. ◆

హీరోగా వుంటాడు. ఎక్కడా చిన్నమొతంగానైనా గే లక్షణాలు కనిపించవు. క్రిటికల్ పొజిషన్‌లో ఇరుక్కున్నప్పుడు, అవసరం అయితే రెండు తన్నగల సత్తా వున్నప్పుడు, ఆ రూట్‌లో వెళ్ళకుండా గే అని అబద్ధం ఆడాల్సిన పరిస్థితి ఏమిటో అర్థంకాదు.

అక్కడే కీలకమైన పాయింట్ తేలిపోయింది. లాజిక్ గాలికి కొట్టుకుపోయింది. పోనీ లాజిక్‌లేని మ్యాజిక్ అనుకుంటే, ఆ ఇంట్లో ఈవ్యవహారంతో బోలెడు ఫన్ పండించచ్చు.

కానీ అసలు ఆ వైనమే పట్టించుకోలేదు. హీరోను గేను చేసి, ఆ ఇంట్లో వదలడంతో డైరెక్టర్ చేతులు ఎత్తేశాడు.ఇంకేం చేయాలో? ఎలా చేయాలో? మరెలా ఫన్ పండించాలో అన్నదాంట్లో చేష్టలుడిగినట్లు వుండిపోయాడు. దాంతో సినిమా ఎక్కడో మొదలై, ఎలాగో ప్రయాణించి మరెక్కడికో చేరిపోయింది.

అసలు స్క్రిప్టుతయారీలో దర్శకుడి అనుభవలేమి స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఏ ఒక్క పాత్రకు కూడా సరైన లైనూ,లెంగ్తూ కనిపించవు. హీరోపాత్రకూడా ఇందుకు మినహాయింపు కాదు. పైగా సీన్లుఅన్నీ దాదాపుఎక్కడో ఒకసినిమాలో చూసినట్లే వుంటాయి కానీ, కొత్తదనం అన్నది కలికంలోకి కూడా కనిపించదు.

అసలు సినిమాను మగపిల్లాడిని ఆడపిల్లాడిగా పెంచే ప్రహసనంతో ఎందుకు స్టార్ట్‌చేసినట్లు? హీరో ఫీలింగ్స్ లేవు అనగానే అప్పటికే గే అయిపోయిన కలరింగ్ ఇవ్వడం ఏమిటి? ఆ తరువాత అతగాడు ప్రేమలోపడడం ఏమిటి? ఇదంతా స్క్రిప్ట్ తప్పిదాలే.

ఇక రెండో కీలక తప్పిదం ఏమిటంటే, ఇదేదో శరణార్థుల శిబిరంఅన్నట్లుగా, ఎప్పుడోజనాలుమరిచిపోయిన నటులను తీసుకువచ్చి, సినిమాలో పడేయడం.గుండుజగన్, తిరుపతి ప్రకాష్, జెమిని సురేష్ ఇలాంటి వాళ్ళందరినీ తెచ్చారు.

హీరో, విలన్‌లు ఇద్దరు తప్పితే ఒక్క మొహం కాస్త క్రేజ్ లేదా పాపులారిటీ వున్న మొహం వుంటే ఒట్టు. దీనివల్ల కొత్త దర్శకుడు ఇచ్చిన పావలా స్క్రిప్టును పదిపైసలు చేశారు తప్ప, కనీసం అర్థ రూపాయి చేయలేకపోయారు.

సినిమాలో అతిభయంకరమైన ఓవర్ యాక్షన్ చేసిన కీలకపాత్రధారి శివాజీ రాజా ఓ డైలాగు చెబుతాడు.... "ఈ ప్రపంచంలో నేను చేసినంత అతి ఎవ్వరూ చేయలేరు..." అని నిజంగా అతగాడు తన ఓవర్ యాక్షన్‌తో సినిమాను అతి చేశాడు.

చాన్నాళ్ళకు గుండు సుదర్శన్‌కు మంచి పాత్ర పడింది. పండింది. కానీ సినిమా పరాజయంలో అది కూడా కొట్టుకుపోవడం ఓ విషాదం.

ఎంతసేపూ,నువ్వు పాతరంగాడివా... నువ్వు తేడాగాడివా... అని డైలాగులు వల్లెవేస్తే ఫన్ పుట్టదు. అందుకు తగ్గ సీన్లు రాసుకోవాలి. అందుకు తగ్గ నటులను చూసుకోవాలి. అలా కాకుండా అరకొర స్క్రిప్టును పట్టుకుని, చిన్నాచితక నటులను తీసుకుని, గ్రాండ్‌గా పేరుపెట్టి, భారీగా పబ్లిసిటీ చేసేస్తే ఇదిగో ఫలితం ఇలాగే వుంటుంది.

సినిమాలో అద్భుతమైన నటన ప్రదర్శించడానికి హీరోతో సహా ఎవరికీ పెద్దగా అవకాశం లేదు. అందువల్ల చెప్పుకోవడానికి ఏమీలేదు. విజయ్ సి కుమార్ సినిమాటోగ్రఫీ బాగుంది.

దర్శకుడు శ్రీనివాస చక్రవర్తికి స్క్రిప్ట్ చేసేంత స్టామినా వున్నట్లు కనిపించదు. అంతేకాదు, రాసుకున్న సీన్లు ఎలా పండించాలో? ఎక్కడ ఎంతవరకు నడిపి ఆపాలో అన్న పరిజ్ఞానంకూడా వున్నట్లు అనిపించదు.సాంకేతికంగా సినిమా బాగుంది.

స్వరసాగర్ నేపథ్య సంగీతం బాగుంది. రెండు పాటలు బాగున్నాయి. మొత్తం మీద 'నర్తనశాల'లో ప్రదర్శన రక్తికట్టలేదు.

ప్లస్‌పాయింట్స్...
కాసిన్ని నవ్వులు, రెండు పాటలు
సినిమాటోగ్రఫీ

మైనస్‌పాయింట్స్...
కథ, కథనాలు

పంచ్‌లైన్
హే... కృష్ణా.... ◆



'ఆక్సిజన్' అందలా

జయాపజయాలతో నిమిత్తం లేదన్నట్లు తెలుగునాట వరుస అవకాశాలు దక్కించుకున్నప్పటికీ అనుఇమ్మానుయేల్‌కు కెరీర్‌పరంగా పెద్దగా ఒరిగిందేమీ లేదు. 'అజ్ఞాతవాసి', 'ఆక్సిజన్' వంటి చిత్రాలు సోసోగా వుండిపోవడంతో కెరీర్ వేగం నెమ్మదించింది.

ప్రస్తుతం నాగచైతన్యతో కలిసి నటించిన 'శైలజారెడ్డి అల్లుడు'తో తనకు మరోసారి బ్రేక్ దక్కగలదన్నది అనుఇమ్మానుయేల్ ఆశ.

కెరీర్ మలుపు తిరగకపోతుందా అని ఆశగా, ఆత్రుతగా ఎదురుచూస్తున్న అను ఇమ్మానుయేల్ కోరిక ఈసారైనా తీరుతుందేమోలే! ◆



మరో ఆనందం ఉండదు

ప్రేమించి, పెళ్ళిచేసుకుని హ్యాపీగా తన పనిని కొనసాగిస్తున్న సమంత 'ప్రేమలో పడితే అన్ని రోగాలూ నయమయిపోతాయని'కొత్తకబుర్లు చెప్తున్నది. తాను నాగచైతన్యతో ప్రేమలోపడిన అనుభూతులను మురిపెంగా మననం చేసుకున్నది.

'ప్రేమించిన వ్యక్తితోపాటు తనకుతానూ చాలా అందంగా, కొత్తగా కనిపించేదాన్ని' అంటోంది.

"అంతేకాదు.నాలో ఆత్మవిశ్వాసంకూడా ఎక్కువగా కనపడేది. అందుకేనేమో నన్ను నేనూ ఎక్కువగా ప్రేమించుకునేదాన్ని. నచ్చినవ్యక్తితో జీవితాన్ని పంచుకోవడంకంటే ఆనందం ఇంకేముంటుంది" అంటూ సంబరంగా చెప్పింది సమంత. ◆

పేపర్ బాయ్

Review

కొత్త థియేటర్లో పాత బొమ్మ



థియేటర్ కొత్తదే. కానీ ఆడించడానికి సరైన సినిమా దొరక్క పాతబొమ్మ పట్టుకొచ్చారు. ఈ వారం విడుదలైన 'పేపర్ బాయ్' సినిమాది అచ్చంగా ఇదే వైనం. ఎందుకంటే 'అనగనగా ఓ తోటరాముడు' అతగాడు కోటలో రాణిని చూసి మనసు పారేసుకుంటాడు.

సహజంగానే పెద్ద రాజుగారు అడ్డంపడతారు. అప్పుడేం జరిగింది అన్నది సినిమా.

అది అలనాటి పాతాళ భైరవిదగ్గరనుంచి ఇదే వ్యవహారం. అయినా ఈ సబ్జెక్ట్‌మీద దర్శకులు, కథకులు ఎందుకు మోజుపడతారంటే, ప్రేమికుల ప్రేమకు అడ్డంకులు సృష్టించడానికి ఇంతకన్నా సులువైన మార్గం మరోటి ఉండదుకనుక. పైగా మానవ సైకాలజీలో మనకన్నా ఎత్తున ఉన్నదాన్ని అందుకోవాలని ఆశపడడం కామన్‌కనుక.

ఇలా ఓల్డ్ థీమ్‌తో వచ్చిన 'పేపర్‌బాయ్' సినిమా కథేంటి అంటే...రవి (సంతోష్ శోభన్)బిటెక్ పాసైన నిరుద్యోగి. తాత్కాలికంగా కాస్త ఆదాయంకోసం పేపర్ బాయ్‌గా పనిచేస్తుంటాడు.

అలా పేపర్‌వేసే క్రమంలో డబ్బున్న కుటుంబానికి చెందిన ధరణి (రియా సుమన్) పరిచయం అవుతుంది. ఆమెకు కూడా రవి నచ్చుతాడు. కానీ సమస్య మామూలే. డబ్బు, పేద వ్యవహారాలు. కథ సుఖాంతం అన్నది తెలుగు సినిమాకు పక్కా.. అదెలా అన్నదే మిగిలిన సినిమా.

రసికుడు కానివాడికి కవిత్వం వినిపించడం ఎందుకు? యూజ్ అండ్ థ్రో టైప్ వ్యవహారాలవెంట పరుగులు పెడుతోంది నేటి యువతరం.

వాళ్ళకి 1947 లవ్‌స్టోరీలు చూపించాలనుకుంటే ఎలా? లేదూ, పద్ధతిగా చూపిస్తే, చూస్తారు అన్న పూర్తి భరోసా, నమ్మకం వుంటే, అదే జోనర్‌లో ముందుకు వెళ్ళాలి. అంతేకానీ, మధ్యలో మళ్ళీ నడకను పక్కదారి పట్టించకూడదు.

'పేపర్‌బాయ్'లో జరిగింది అదే. అచ్చమైన భావ కవిత్వం మాదిరిగా సినిమాను నెరేట్ చేసే ప్రయత్నం అయితే మాత్రం దర్శకుడు జయశంకర్ చేశారు. అతగాడికి కథకుడు, రచయిత సంపత్ నంది బాగా సహకరించారు.

కానీ ఈ జోడీ చేసిన ప్రయత్నంతో పుట్టుకువచ్చిన సీన్లు పొయిటిక్‌గాఅయితే వున్నాయి కానీ, మరీ గుండెల్నిపట్టి, గుంజేంతగా అయితే మాత్రం కాదు.

అయితే ఈ కాలంలో ఈ విధమైన లవ్‌స్టోరీని ప్రజెంట్‌చేయాలన్న ప్రయత్నం మెచ్చుకోదగ్గది. తొలిసగం అంతా ఈ తరహా మెచ్చుకోలుకు బోలెడు అవకాశాలు కనిపిస్తాయి.

కానీ ద్వితీయార్ధంలోకి వచ్చేసరికి కథకుడు, దర్శకుడు ఇద్దరూ చేతులు ఎత్తేశారు. అక్కడ మళ్ళీ కమర్షియల్ విషయాలు గుర్తుకువచ్చాయి. దాంతో 'బిత్తిరి సత్తి' కామెడీసీన్లు కథలోకి వచ్చాయి.

ఇదెలా వుంటుంది అంటే, మాంచి శాస్త్రీయగీతం మధ్యలో అడ్డమైన వాయిద్యాలు వినిపించినట్లు ఉంటుంది. పైగా అందరూ కె.బాలచందర్‌లుకాలేరు. ధైర్యంగా ప్రేమకథను విషాదాంతం చేయడానికి. సుఖాంతం చేయాలంటే, కాస్త సినిమాటిక్ వ్యవహారాలు చొప్పించక తప్పదు. దీంతో ద్వితీయార్థం డైల్యూట్ అయిపోతుంది.

'పేపర్ బాయ్'కు ప్లస్ పాయింట్లు ఏమిటంటే, సినిమాకు అమరిన సాంకేతిక విలువలు, కాస్త టచ్ చేయగలిగిన సంభాషణలు. సౌందర్య రాజన్ సినిమాటోగ్రఫీ టాప్‌క్లాస్‌లో వుంది.

సినిమాను ఆద్యంతం చాలా అందంగా ఒడిసిపట్టింది. భీమ్స్ సంగీతంకూడా బాగుంది. పాటలు మాంచి మెలోడీతో వుండడమేకాదు, నేపథ్యసంగీతం కూడా ఫస్ట్‌హాఫ్‌లో ఆకట్టుకుంటుంది.

సంపత్ నంది రాసిన సంభాషణలు ఓ లవ్‌స్టోరీకి ఎలా వుండాలో అలా వున్నాయి.

హీరోగా సంతోష్ శోభన్ పక్కాగా సరిపోయాడు. మిగిలినవారు ఓ.కె.అన్నీ బాగున్నాయిగా మరిసమస్య ఏమిటి? అంటే. తొలిసగం మరీ నెమ్మదిగా సాగడం, పొయిటిక్ సినిమాగా మలచాలన్న తాపత్రయం, మలిసగంలో బిత్తిరిసత్తి కామెడీ మరీ బలవంతంగా ఇరికించినట్లు వుండే వైనం. అదీ సంగతి.

ప్లస్‌పాయింట్స్...
సంభాషణలు, సినిమాటోగ్రఫీ, సంగీతం

మైనస్‌పాయింట్స్...
నెమ్మదిగా సాగే కథనం

పంచ్‌లైన్
నిస్తేజ పేపర్

జోకులే జోకులు

'లస్ట్ స్టోరీస్', 'సెక్రెడ్ గేమ్స్', 'ఘౌల్-హ్యాట్రిక్ నెట్‌ఫ్లిక్స్' హిట్స్‌తో రాధికా ఆప్టే సరదా సరదాగా ఉంది. ఆమె ప్రతిచోటా ఉందన్న హిట్లవరదతో చిరునవ్వులు చెదరడంలేదు.

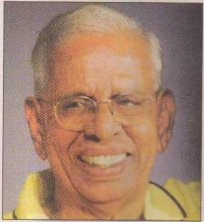
'ఏ పాత్రయినా రాధిక ఆప్టే చేసుకుంటుంది' అన్న వీడియో వైరల్ అయింది. ఇవన్నీ చూస్తూ, "నాకు జోకులంటే ఇష్టం. ఇవన్నీ చాలా కొంటెగా వుంటాయి.అతి అటెన్షన్‌తో నేను సౌకర్యంగా ఉండలేనన్నది నిజం. అయితే, ఈ 'నెట్‌ఫ్లిక్స్' వీడియో చాలా సరదాగా ఉంది" అని చెప్పింది.



ఎలా ఆడుతున్నాయి?

- 'గీత గోవిందం' దూకుడు, కలెక్షన్ల రాబడి ఆగడం లేదు. దాదాపు 60 కోట్ల షేర్, వంద కోట్ల గ్రాస్ రాబట్టింది. కేవలం 14 కోట్ల పెట్టుబడితో ఇంత రాబడి ఇటీవల ఏ సినిమాకూ లేదు.
- పైగా 'గీత గోవిందం' ప్రభావం కావచ్చు, సినిమాల్లో స్థాయి లేకకావచ్చు, ఆ తరువాతవచ్చిన 'నీవెవరో', 'ఆటగాళ్ళు'వంటి సినిమాలు తేలిపోయాయి.
- 'నీవెవరో' సినిమా అరకొర వసూళ్ళు ఐనా కళ్ళ చూసింది. 'ఆటగాళ్ళు' సినిమా ఐతే అదీలేదు.
- నెల ప్రారంభంలో విడుదలైన 'శ్రీనివాసకళ్యాణం' బయ్యర్లను పనానికి ముంచేసింది.

చివరి రోజుల్లో...



నగేష్ (1933-2009)

నవ్వటం ఒక యోగం...మరే జీవికీ లేని లక్షణం మనిషికి మాత్రమే వున్నది నవ్వు. ఆ నవ్వును సరిగ్గా నవ్వలేనివారెందరో.కాని అటువంటి పెదవు లనుకూడా బిగబట్టుకు కూర్చునేవారినికూడా కడు పారా నవ్వించగలిగినవారు కమెడియన్స్.

కమెడియన్స్ చాలామంది వున్నారు తెలుగు చలనచిత్రరంగంలో. కస్తూరి శివరావు మొదలుకుని రేలంగి, రమణా రెడ్డి, పద్మనాభం, రాజబాబులాంటి తెలుగు కమెడియన్స్‌తో కలిసిపోయి అటు తమిళ, తెలుగు చిత్రాలలో నవ్వులు పండించిన నటుడు నగేష్.నవ్వించటం కొందరికి సహజంగా వస్తుంది.

కొందరికి వారి రూపంవల్ల నవ్వులు వస్తాయి. కాని నగేష్ ఆ రెండూ కాదు. కష్టపడి నవ్వించటం నేర్చుకున్నాడు. జీవితంలో కష్టాలుపడ్డాడు. ఇబ్బం దులు ఎదుర్కొన్నాడు. మనసులో బాధపెట్టుకుని కూడా తెరమీద మాత్రం నవ్వులు పూయించటం నగేష్ జీవితంలో విశేషం.

తమిళులకు భాషాభిమానం ఎక్కువ. అయినా వారు నెత్తిన పెట్టుకున్న టాప్ నటులు పుట్టుకతో తమిళులు కారు. ఎమ్.జి.ఆర్, రజనీకాంత్‌లలాగానే పొరుగు రాష్ట్రంవాడు నగేష్. కన్నడ సాంప్రదాయ కుటుంబంలో పుట్టిన నగేష్ అసలు పేరు చేయూరు కృష్ణారావు. సినిమాలలోకి వచ్చి నగేష్ అయ్యాడు.

ఉద్యోగం వెతుక్కుంటూ చెన్నపట్నం చేరిన నగే ష్‌కి రైల్వేలో గుమాస్తా పని దొరికింది. రైల్వే ఉద్యో గులు వేస్తున్న నాటకాలలో వారు ప్రదర్శించే నటన కన్నా తాను మెరుగ్గా నటించగలనన్న నమ్మకంతో, వెంటపడి ఒక పాత్ర తీసుకుని చెయ్యటం... ఆ నాటకం చూసిన ఎమ్.జి.ఆర్. మెచ్చుకోవటంతో డ్రామా నటుడిగా మారాడు.

తొలి సినిమా అవకాశం 1958లో దక్కినా అది ఫ్లాప్. ఆ తర్వాత సినీరంగంలో అవకాశాలు సరై నవి రావటానికి మరో మూడేళ్ళు పట్టింది. ఆ తర్వాత 1964లో నగేష్ చేసిన 'సర్వర్ సుందరం' సినిమాతో ఇక వెనక్కి తిరిగి చూడాల్సిన అవసరం లేకుండా పోయింది. టాప్ హీరోలు ఎమ్.జి.ఆర్., శివాజీ గణేశ న్‌లు ఏ సినిమా ఒప్పుకున్నా అందులో నగేష్‌ని పెట్ట మని అడిగేవారు.

సినిమాలో హీరోలను డామినేట్ చేసిన హాస్యం అందించాడు నగేష్. అతనికి తోడు మనోరమకూడా జోడయ్యేసరికి తమిళంలో నవ్వులే నవ్వులు.

సినీరంగంలో సక్సెస్‌తోపాటు ప్రతి నటుడికీ వచ్చేవి రెండు. ఒకటి అహం, రెండవది తాగుడు. అవి రెండూ నగేష్‌కి వచ్చాయి.

అహంతో 1970ల్లో మనోరమతో నటించనన్నాడు. మరో సందర్భంలో ఎమ్.జి.ఆర్‌తో విభేదాలు వచ్చి

టాప్ హీరోలు ఎమ్.జి.ఆర్., శివాజీ గణేశన్‌లు ఏ సినిమా ఒప్పుకున్నా అందులో నగేష్‌ని పెట్టమని అడిగేవారు. సినిమాలో హీరోలను డామినేట్ చేసిన హాస్యం అందించాడు నగేష్.

నగేష్‌కి తన సినిమాల్లో అవకాశం ఇవ్వద్దన్నారన్న వార్తలు వచ్చాయి. అవకాశాలు తగ్గాయి.

ఈలోగా మందు అలవాటు బాగాఅయింది.అప్ప టికే వున్న సిగరెట్ అలవాటు మరింత ముదిరి చైన్ స్మోకింగ్‌గా మారింది. సాంప్రదాయ కుటుంబంలో పుట్టిన నగేష్ ఒక క్రైస్తవ అమ్మాయిని ప్రేమించాడు. సాంప్రదాయ విరుద్ధంగా చేసుకునే ఆ పెళ్ళికి తాము అండగా నిలవమని తల్లిదండ్రులు ప్రకటించారు.

అయినా తల్లిదండ్రులకన్నా ప్రేమే ముఖ్యమని ఆ క్రైస్తవ అమ్మాయిని పెళ్ళిచేసుకున్నాడు. ఆ పెళ్ళి చేసుకున్న తర్వాత తల్లి హఠాత్తుగా కన్నుమూయ్య టంతో ఆమె మరణానికి తానే కారకుడిననే మానసిక వేదన అనుభవించాడు.

సినిమా ఛాన్స్‌లు తగ్గి, తన సొంత థియేటర్‌ని బకాయిల చెల్లింపుకోసం జప్తుచేస్తామని నోటీసు ఇచ్చారు. ఆ బాధ తాగుడిని పెంచింది. పాతతరం హీరోల పచ్చజెండా లేకుండా నగేష్‌కి అవకాశాలు ఇచ్చే సాహసం చెయ్యలేదు నిర్మాతలు.

ఎమ్.జి.ఆర్. ముఖ్యమంత్రిగా వెళ్ళి సినిమాలు వదిలేయటం, కమలహాసన్ హీరోగా తెరమీదికి రావ టంతో నగేష్ దశ తిరిగింది. 'ఏడేళ్ళ శని వదిలింది' అంటుండేవాడు నగేష్. 1980ల్లో సినిమా కామెడీ దిగజారింది. వెకిలిచేష్టలు హాస్యమయ్యాయి.

దానిని ఒప్పుకోని నగేష్ మంచి కామెడీ,సీట్ కామె డీనే చేస్తా నన్నాడు. తనకు నచ్చినవే చేసేవాడు. తిరిగి పుంజుకునేసరికి వయసుమీదపడింది.

50ల వయసులో,శరీరం సన్నగా వున్నా ముఖంలో వచ్చిన మార్పుతో పలురకాల ఇతరపాత్రలుచెయ్యటం మొదలుపెట్టాడు. అందులో కమల్‌హాసన్ సృష్టించి ఇచ్చిన ఒక విలన్ పాత్ర వుంది.

'అపూర్వ సహోదరులు' అనే ఆ సినిమాలో పాత్రతో నగేష్ మూడో ఇన్నింగ్స్ మొదలైంది.

విభిన్నమైన పాత్రలు నగేష్‌కోసమే సృష్టించారా అన్నట్టుగా వుండేవి. అందులో తెలుగులో వచ్చిన 'బృందావనం'లో రాజేంద్రప్రసాద్‌తో కలిసి పండిం చిన కామెడీ మరచిపోలేరు. 'మైఖేల్ మదనకామ రాజు', పవన్‌కళ్యాణ్‌తో 'తొలిప్రేమ', 'భామనే సత్య భామనే'లో మేకప్ ఆర్టిస్టు, 'దశావతారం'... ఇలా ఎన్నెన్నో రకాల పాత్రలు పోషించాడు.

కొత్త నీరు వచ్చి పాత నీరు పట్టుకెళ్ళిపోతుంది నదిలో. కొత్తతరం వచ్చి పాతతరాన్ని కనుమరుగు చేస్తుంది సినీరంగంలో. ఆ రంగంలో చాలా సహజ మైన ఆ మార్పును అంగీకరించి, అందివచ్చిన పాత్రలుమాత్రం చేసుకుని, అతిగా ఆశపడనివారే బతికిబట్టగలుగుతారు.

70ల్లో తగిలిన షాక్ తర్వాత నగేష్ అహం అవి రైంది. సిగరెట్, తాగుడు ఆపకపోతే ఇక బతకవు అన్న తర్వాత వాటినుండి దూరం అయ్యాడు.

చాలామంది సినీరంగంవాళ్ళలాగానే నగేష్‌కూడా తన కొడుకులను సినీ హీరోలుగా చూడాలనుకు న్నాడు. ఆనందబాబు కొన్ని సినిమాలలో కనిపించినా అంత గట్టిగా నిలదొక్కుకోలేదు. కొడుకులను నిల బెట్టాలని ప్రయత్నించే సినీరంగపు తండ్రులు ఆర్థికంగా నష్టపోకుండా వుండటం జరగదు.

నగేష్ కూడా అందుకు మినహాయింపు కాదు. పాత అలవాట్లు మానుకున్నాడు. కాని అప్పటికే జరగాల్సిన డ్యామేజ్ జరిగిపోయింది. 1970ల్లో, 1980ల్లో గుండె సంబంధిత ఇబ్బందులు వచ్చాయి. డయాబెటిక్ అయ్యాడు.

ఒకసారి సినీ అవకాశాలు తగ్గగానే, ముఖానికి రంగువేసుకోవటం ఆగిపోతే సినీ నటుడి జీవితంలో ఇబ్బందులు మొదలవుతాయి.

నగేష్ 2000 నుండి అటువంటి ఇబ్బందులే చవి చూశాడు. సంవత్సరానికి 10, 15 సినిమాలు చేసిన నగేష్ ఎవరు వచ్చి అవకాశం ఇస్తారా అని ఎదురు చూడాల్సిన పరిస్థితి.రెండు సినిమాలుమించి రావటం జరగలేదు. అలాగే నెట్టుకువచ్చినా పాత గుండెజబ్బు తిరగబెట్టింది నగేష్‌కి.

డయాబెటిస్, గుండెజబ్బు అనే కాంబినేషన్ చాలా ప్రమాదకరం. 2008 అంతా ఆ రెండు జబ్బులతో సతమతమైన నగేష్ 2009 జనవరి వచ్చేసరికి తట్టు కోలేని పరిస్థితికి చేరాడు.

జనవరి చివరిరోజు ఆ నవ్వుల రాజు జీవితం లోనూ చివరిరోజు అయింది. అప్పటికి ఆయన చేస్తున్న సినిమా మధ్యలో వుంది. ఆ సినిమాని నగేష్ పోలికలు వున్నవారితో యానిమేషన్‌గా ముగించి 2014లో విడుదలచేశారు.

ఈ శీర్షిక మీదే

ఉత్తమ ప్రశ్న-సమాధానం

* బి.ప్రసాదరావు, హైదరాబాద్
నడవలేని స్థితిలో వున్నదెవరు?
నాట'కాలు'.

* టి.వి.రామకృష్ణ, కొత్తపేట
ఏ పనీ చేయని ఆడవారు చేసేది?
ఒళ్ళు చేయడం.

* డి.శ్రీనివాసాచారి, ఎర్రగొండపాలెం
అత్తమ్మ, కోడల్ని 'పల్లె'త్తు మాట పొరపాటున కూడా అనదేంటి?
కోడలు 'పట్న'వాసంనుంచి వచ్చింది గదా!

ఉత్తమ ప్రశ్నకు ₹500
ప్రతి ప్రశ్నకు ₹300 బహుమతి

* ఎన్.ఎస్.చంద్రబోస్, విశాఖపట్నం
'డ్రైవింగ్' ఎలా ఉండాలి?
'కారు' సొంతమని నడపాలి కాని 'రోడ్డు' సొంతమని కాదు.

* నన్నీకలగ, హైదరాబాద్
సిగరెట్టు-మందు?
ఎక్కువగా ఊదితే గాల్లో కలిసిపోతారు- ఎక్కువగా తాగితే మట్టిలో కలిసిపోతారు.

* ఆర్.ప్రశాంతి, విజయనగరం
ఒడ్డూ పొడుగూ బాగుండేది?
నది.

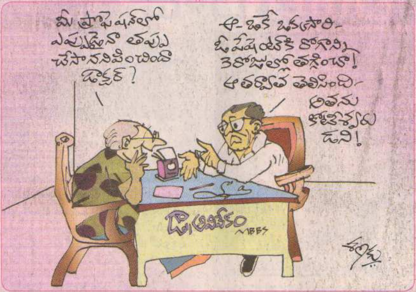
* ఎ.అశోక్‌కుమార్, హైదరాబాద్
నేటి పిల్లల చదువులు?
బాడీ కంటే బ్యాగ్ బరువు ఎక్కువ.

* పి.స్వర్ణలత, విశాఖపట్నం
లోతుగా ఆలోచించేవాడు?
బోరువేసేవాడు.

* పి.యోబు, ముదునూరు
'పాల'వాడు నిత్యం ఎదుర్కొనేవి?
'నీళ్ళా'పనిందలు.

* వి.సూర్యారావు, విశాఖపట్నం
ఏంటీ? నీకు నైన్టీ పర్సెంట్ వచ్చిందట కదా? ఎందులో?
డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ టెస్టులో.

ఈ కార్టూన్ మీదే





"వ్యాపారం పెడతానంటే ఏ బ్యాంక్‌వాడూ లోన్ ఇవ్వటంలేదురా! నా ప్రాజెక్ట్ బాగానే వుందంటారు. అయినా లోన్ ఇవ్వరు" అని వాపోయాడు విజయ్.
"మీ ఇంటి పేరేంటిరా..." అడిగాడు స్నేహితుడు.
"ఎమ్. అని చెప్పగానే లోపం నీ పేరులో వుందిరా... ఎమ్.విజయ్ అనగానే వాళ్ళకు విజయ్‌మాల్యా గుర్తుకువస్తున్నాడురా"

కారు వెళ్ళి కరెంటు స్తంభానికి గుద్దుకుంది. పోలీసులు వచ్చి డ్రైవింగ్ సీటులో వున్న చిదంబరాన్ని "ఏం కళ్ళు మూసుకుపోయాయా! నిద్రపోతున్నావా!" అంటూ ప్రశ్నలు గుప్పించారు.
"కాదు సారూ... ఎప్పుడూ ఏదో ఒకటి వాగుతుండే మా ఆవిడే వెనక సీటులో ఒక్కసారి మౌనంగా వుండేసరికి కారణం ఏమిటా అని ఒకసారి తలతిప్పి వెనక్కి చూసేసరికి ఇలా అయిపోయింది" అన్నాడు చిదంబరం అమాయకంగా.

రోడ్డుమీద యాక్సిడెంట్ అయింది. గుంపుగా జనం వెళ్ళారు. చూడటానికి వీలు దొరకటంలేదు రాంబాబుకి. అందుకని ఒక్కసారి ఆలోచించి "ఆ... నాన్నా...నీకు యాక్సిడెంటా!" అంటూ అరిచేసరికి గుంపు జనం తప్పుకుని దారి ఇచ్చారు.
"ఆహా..." అని వెళ్ళిన రాంబాబుకి షాక్... అక్కడ రోడ్డుమీది కారు గుద్ది పడున్న గాడిద కనిపించింది.

"మీకు మంచి పబ్లిసిటీ ఇవ్వాలనుకుంటున్నాం... ఏమంటారు" అని ఎవరో ఒకరు విశ్వనాథ సత్యనారాయణగారికి ఉత్తరం రాశారు.
అందుకు ఆయన "నాకు మీరు ప్రత్యేకంగా పబ్లిసిటీ ఇవ్వటం ఎందుకు... నాకెందరో శత్రువులున్నారు... వారు ఆ విషయం బాగానే చూసుకుంటున్నారు" అంటూ సమాధానం ఇచ్చారు.

"నిన్న ఒక సినిమాకి వెళ్ళా...
ఎంత చెత్త సెక్స్ సినిమానో... అటువంటి సినిమా మీలాంటి విద్యార్థులు చూస్తే...అని భయంవేసి మధ్యలోనే లేచి వచ్చాను... లక్కీగా రేపే ఆ సినిమా ఆఖరంటూ" క్లాసులో విద్యార్థులకి చెప్పాడు లెక్చరర్.
మరుసటి రోజు ఆయన క్లాసుకు వెళ్ళేసరికి ఒక్కడంటే ఒక్క విద్యార్థి లేడు క్లాసులో.

"అణుపరీక్షకు అంతా సిద్ధమా" అని నాటి ప్రధాని వాజ్‌పేయి ఆ పరీక్షలను నిర్వహించబోతున్న అబ్దుల్ కలామ్‌ని అడిగారు.
"అంతా సిద్ధమే... కాని ఆ విషయం బయటకు పొక్కకూడదు సార్" అన్నారు కలామ్.
"ఆ భయమెందుకు కలామ్.
మీరు, నేను బ్రహ్మచారులం.
ఇక బయటకు పొక్కే అవకాశమేది..." అని చమత్కరించారు వాజ్‌పేయి.

విజయం దానంతట అదే రాదు. సాధనతోనే అది సాధ్యమవుతుంది.

ఇది ఎ.వి.ఎ. వారి ఉత్పత్తి
SWATI SAPARIVARA PATRIKA PRINTED AT ANIL SWATI PRESS AUTONAGAR VIJAYAWADA
RNI 38008 / 1984 REGD NO.VJ / 025 / 2018-20

